



Für Einsteiger &

Stabilisationstraining für die Füße, Sprung- & Kniegelenke

Wann: Mittwochs 6 Trainingseinheiten
Uhrzeit: 19:30 - 20:30 Uhr

Termine: 04.03.2020
11.03.2020
18.03.2020
25.03.2020
01.04.2020
08.04.2020

Ort: Göttelmannstraße 48 7, 55131 Mainz
Kosten: 120,00 Euro inkl. MwSt.
Anmeldung: bitte per Mail vorab!



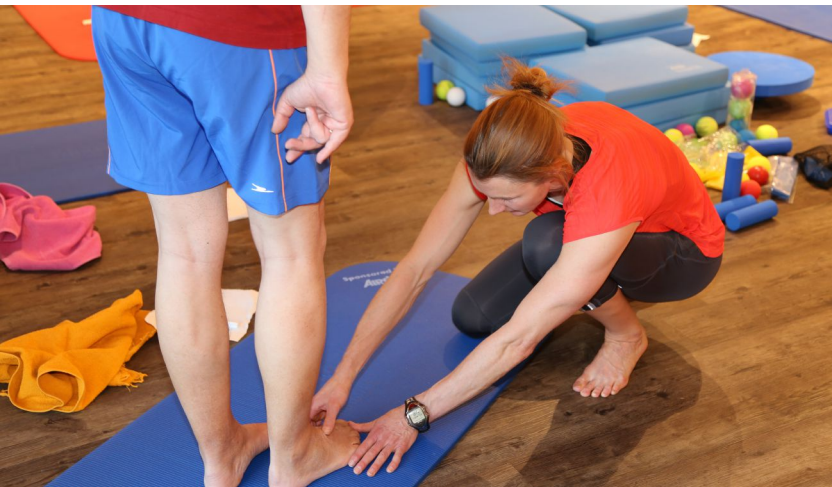
kontakt@carolin-hingst.de
www.carolin-hingst.de

Stärken Sie Ihre Füße & Beine!

für Fortgeschrittene



- Lockerung der Fußmuskulatur
- Kräftigungsübungen für die Füße
- Kräftigungsübungen für die Beine
- Stabilisationstraining der Beinachsen



Termine und telefonische Beratung unter
Tel: 0177 - 78 56 103

Weitere Kurse & Workshops finden Sie auf meiner Website