Neuer Rückenkurs!

Ab Montag, den 6. Mai 2019

bieten wir Euch im Kursraum I ein neues Rückentraining an.

Immer montags von 16:30 - 17:30 Uhr

freut sich unser Trainer René auf Euch!
Mit gezielten Übungen wird in dieser Stunde die Rücken- und Rumpfmuskulatur gekräftigt und stabilisiert.