Unsere Advents-Specials

Step-Aerobic für Anfänger

Sonntag 29.11.2026

10:30 – 11:30 Uhr

LUST AUF STEP -AEROBIC? DANN SEI DABEI!

Am 29.11. um 10:30 Uhr heißt es: Musik an, Step-Brett raus und los geht's! Egal, ob ihr früher schon Step gemacht habt oder ganz neu einsteigen möchtet – bei unserer super einfachen EASY STEP-AEROBIC STUNDE ist jeder willkommen!

Step-Aerobic ist ein tolles Ausdauertraining auf dem Step-Brett: Mit einfachen Choreografie-Schritten verbessern wir eure Kondition und bringen gleichzeitig jede Menge Spaß und Bewegung in den Alltag!

Also, nicht lange überlegen – wir sehen uns auf dem Step!

Im Anschluss treffen wir uns zum gemütlichen Ausklang bei Tee & Punsch.

- TSH-Fitness-Card-Inhaber: Kostenfrei
- TSH-Mitglieder: 5€
- Gäste: 10€

Melde dich jetzt an!
Begrenzte Plätze – sichere dir deinen Spot.
Telefon: 040-701 084 55
E-Mail: info@tshsport.de

TSH

TSH-Sportzentrum
Vahrenwinkelweg 39
21075 Hamburg
tshsport.de