Unsere Advents-Specials

Power-Tabata

Sonntag 06.12.2026
14:30 – 15:30 Uhr

Raus aus dem Wintermodus und rein in eine Power-Stunde Tabata!

Kurze, knackige Intervalle, jede Menge Energie und ganz viel Spaß in der Gruppe. Wir schwitzen, lachen und tanken neue Power – denn die Weihnachtsleckereien schmecken danach gleich doppelt so gut!

Also: Sportschuhe an, Weihnachtsstress aus und gemeinsam Vollgas geben, um den Kreislauf mal so richtig auf Touren zu bringen.

Sei dabei – Alex freut sich auf dich!

Zum sanften Ausklang: Gemütliches Beisammensein 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