



Advents-Special: Body-Eskalation



16. Dezember 13:00-14:00 Uhr

Dieser Kurs schafft eindeutig Platz für Plätzchen!

Unser Power-Special mit Wolf lässt euch an eure Grenzen gehen. Fordert eure Kraft und Ausdauer heraus! Pausen? Fehlanzeige!

Knackiges HIT-Workout mit vierzig unterschiedlichen Übungen, damit auch wirklich jeder Muskel so schön brennt wie die Adventskerzen daheim!

Im Anschluss geselliges Beisammensein bei Tee & Punsch!

**TSH Fitness-Card-Inhaber frei
TSH Mitglieder 5 €
Nichtmitglieder 10 €**

Anmeldung unter 040-70108456 oder an info@tshsport.de

TSH-Sportzentrum

Sport – nur besser!

TSH-Sportzentrum

Vahrenwinkelweg 39
21075 Hamburg
info@tshsport.de
tshsport.de

unsplash/pixaby