

Bauch-Beine-Po

Bauch-Beine-Po Gute Figur durch Problemzonen-gymnastik für Frauen

Die Übungen sind speziell auf Problemzonen abgestimmt, wobei der Muskel in Intervallen bearbeitet wird, was noch effektiver für die Tiefenmuskulatur ist. Sie straffen dadurch Ihren Körper, verbessern Ihre Körperhaltung und fühlen sich vitaler und beweglicher. Bitte Matte, Handtuch und Getränk mitbringen.

Dozent(en):	Schmidt, Anke
Veranstaltungsort:	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
Veranstaltungstag(e):	Montag
Zeitraum:	Mo. 02.03.2020 - Mo. 15.06.2020
Dauer:	13 Termine
Gebühren:	59,79 €
Mindestteilnehmer:	8
Teilnehmer maximal:	16

Einzeltermine

02.03.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
09.03.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
16.03.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
23.03.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
30.03.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
20.04.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
27.04.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
04.05.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
11.05.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
18.05.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
25.05.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
08.06.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
15.06.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule