

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. 11.02.2019 - Mo. 17.06.2019
Dauer:	15 Termine
Gebühren:	64,- €
Mindestteilnehmer:	8
Teilnehmer maximal:	16

Einzeltermine

11.02.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
18.02.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
25.02.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
11.03.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
18.03.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
25.03.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
01.04.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
08.04.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
29.04.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
06.05.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
13.05.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
20.05.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
27.05.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
03.06.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule
17.06.2019	19:00 - 20:00 Uhr	Hohenahr-Erda, Dünsbergschule