

Hot Iron

bei Max



Montag, 20:15 - 21:15

Donnerstag, 17:45 - 18:45



BTW - Sporthalle

Zum Freibad 21
32257 Bünde

Programm

- leicht nachvollziehbare Übungsabfolgen zu den neuesten Chartshits
- planmäßige Abfolge aufeinander aufbauender Trainingsreize
- kein Dance, kein Step, kein Aerobic
-> Workout und Körper stehen im Mittelpunkt
- identischer Trainingsplan für mehrere Wochen
- individuelle Anpassung des Trainingsgewichts



Degrenzte Teilnehmerzahl

Für Vereinsmitglieder ermäßigte Gebühr (2€/Stunde)

Info und Anmeldung:

Tel.: 05223/163066-0

Sport? ... natürlich beim BTW!