



Samstag

Kettlebell-Conditioning-Bootcamp

MIT MALIKA

Spür die Kraft, die in dir steckt: Unser Kettlebell-Conditioning-Bootcamp bringt deinen Körper auf das nächste Level. Dynamische Ganzkörperübungen, kombiniert mit Ausdauer und Koordination, sorgen für ein effektives und energiegeladenes Training. Hier findest du die perfekte Mischung aus Herausforderung und Spaß.

TREFFPUNKT: Narzissen Vital Spa Rezeption **SCHWIERIGKEIT:** mittel bis schwer
START: 16:30 Uhr **SIE BENÖTIGEN:** Sportbekleidung, Handtuch
ENDE: 17:15 Uhr

Kurse finden bei jeder Teilnehmerzahl statt!

SAMSTAG

09.05.

SAMSTAG

23.05.



Donnerstag

Kettlebell-Conditioning-Bootcamp

MIT MALIKA

Spür die Kraft, die in dir steckt: Unser Kettlebell-Conditioning-Bootcamp bringt deinen Körper auf das nächste Level. Dynamische Ganzkörperübungen, kombiniert mit Ausdauer und Koordination, sorgen für ein effektives und energiegeladenes Training. Hier findest du die perfekte Mischung aus Herausforderung und Spaß.

TREFFPUNKT: Narzissen Vital Spa Rezeption **SCHWIERIGKEIT:** mittel bis schwer
START: 16:30 Uhr **SIE BENÖTIGEN:** Sportbekleidung, Handtuch
ENDE: 17:15 Uhr

Kurse finden bei jeder Teilnehmerzahl statt!

DONNERSTAG

28.05.