



Mittwochs



Functional Power

Entdecke die Kraft von Zirkeltraining und HIIT! Diese effektiven Trainingsmethoden fördern gezielt deine Ausdauer, Kraft und Fettverbrennung. Ideal für alle, die schnell Ergebnisse sehen wollen – perfekt gegen Stress, Übergewicht und um dein Wohlbefinden zu steigern. Starte jetzt durch!

TREFFPUNKT: **Wartebereich 1 OG.**

Narzissen Vital Spa

START: **18:30 Uhr**

ENDE: **19:30 Uhr**

SCHWIERIGKEIT: **Mittel**

SIE BENÖTIGEN: **Sportbekleidung**

TRAINER: **Dipl. Fitness & Health Trainer**

Martin Mulej

**JEDEN
MITTWOCH**



Freitags



Functional Power

Entdecke die Kraft von Zirkeltraining und HIIT! Diese effektiven Trainingsmethoden fördern gezielt deine Ausdauer, Kraft und Fettverbrennung. Ideal für alle, die schnell Ergebnisse sehen wollen – perfekt gegen Stress, Übergewicht und um dein Wohlbefinden zu steigern. Starte jetzt durch!

TREFFPUNKT: **Wartebereich 1 OG.**

Narzissen Vital Spa

START: **17:30 Uhr**

ENDE: **18:30 Uhr**

SCHWIERIGKEIT: **Mittel**

SIE BENÖTIGEN: **Sportbekleidung**

TRAINER: **Dipl. Fitness & Health Trainer**

Martin Mulej

**JEDEN
FREITAG**