



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.**

SCHWIERIGKEIT: **Mittel**

Narzissen Vital Spa

SIE BENÖTIGEN: **Sportbekleidung**

START: **17:30 Uhr od. 18:30 Uhr**

TRAINER:

Dipl. Fitness & Health Trainer

ENDE: **18:30 Uhr od. 19:30 Uhr**

Martin Mulej

**JEDEN
MITTWOCH
AB
*07.01.26***



Freitag



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.**

SCHWIERIGKEIT: **Mittel**

Narzissen Vital Spa

SIE BENÖTIGEN: **Sportbekleidung**

START: **17:30 Uhr od. 18:30 Uhr**

TRAINER:

Dipl. Fitness & Health Trainer

ENDE: **18:30 Uhr od. 19:30 Uhr**

Martin Mulej

FREITAG
09.01.