

Total Body Conditioning

Unser Ganzkörpermuskeltraining, geeignet für alle Leistungsstufen. Unter Einsatz von Hilfsgeräten wie Kurzhanteln, Tubes und Steps werden alle Muskelgruppen gezielt trainiert. Kombiniert mit einem Ausdauertraining entsteht so ein optimales Workout.

TERMINE:

Dienstag	17:30 - 18:30	Forest
Mittwoch	18:00 - 19:00	Fit Gym

SPORTSTÄTTEN:

Forest Gym[Forest]



Inheidener Str. 64

Fitness Gym[Fit Gym]



Inheidener Str. 64

WEITERE INFOS:

Sportcenter Bornheim
Inheidener Str. 64, 60385 Frankfurt
Tel. 069 9450720
Email: info@tgbornheim.de
www.tgbornheim.de