

BodyWork

Ganzkörpertraining ohne Schuhe mit Elementen und Abläufen aus dem deepwork. Nach intensivem ruhigen Warmup, herausforderndes Intervalltraining mit anschließenden Kräftigungen, einem Stretch und ruhigem Cooldown!

SPORTSTÄTTEN:

Forest Gym[Forest]



Inheidener Str. 64

TERMINE:

Montag	18:30 - 19:30	Forest
--------	---------------	--------

WEITERE INFOS:

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