SPORTCENTER BORNHEIM

Pilates & Faszien

Eine klassische Pilates Stunde mit integrierten Schwüngen, Federn, Dehnen und dem Einsatz der Rolle. Ziel ist die Verbesserung der Mobilität, Stabilität, Kraft und der Dehnfähigkeit des Körpers.

TERMINE:

Mittwoch	18:30 - 19:30	Beach
Freitag	10:30 - 11:30	Light

SPORTSTÄTTEN:

Beach Gym[Beach]

Inheidener Str. 64

Light Gym[Light]

Inheidener Str. 64

WEITERE INFOS:

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