

fitness vibes

mit Kristina

Gruppenkurs – Abwechslung und Spaß in der Gruppe

BODY SHAPE - RÜCKEN FIT – STRECH – YOGA – PILATES – MOBILISATION –
GANZKÖRPER BODY WORKOUT

für jede Altersgruppe

Location: Turnsaal Mühlgraben (indoor + outdoor)

Termine (10 Einheiten): 15.+22.+29.09., 13.+20.10., 10.+17.+24.11.,
01.+15.12.;

Wann: Dienstag

Beginn: 19.15 Uhr

Kosten: je Einheit € 7,- (kann vor Ort bezahlt werden)



(für Mitglieder FVV/Gesundes Dorf Mühlgraben je Einheit €5,-)

Dauer: 50min/je Einheit

Bei Fragen: Sabrina Halb 0664/8960803

