

Achtung !! Das ist NEU !!

Seit dem 06.09.2021

findet ein neuer Kurs statt : „Happy Hour“



Wo? Im Tanzsportzentrum OKK, Großer Saal

Wann? Montag 17:00 Uhr

Wer? mit Angela

Was Ist „Happy Hour“?

Es ist ein abwechslungsreiches Cardiotraining mit anschließendem Workout.

Hier werden einzelne Muskelgruppen mit verschiedenen Übungen gezielt angesprochen und trainiert.



***Schau einfach mal vorbei,
ich freu mich auf Dich.***