

Schlingentraining

Gezieltes Krafttraining mit TRX Bändern für den ganzen Körper

WANN: Mittwoch, 17.30-18.30

November-April: Montag 18.00-19.00

WO: Wachauhalle Weißenkirchen

April-Oktober: Marillengarten von Astrid und Alexander Mang

KURSLEITERIN: Bettina Pilz, MSc Sport&Ernährung

KOSTEN: 12 Euro pro Stunde und Person

Bitte Matte, Getränk und feste Schuhe mitnehmen.

Info und Anmeldung bei Bettina 0664/50 15 445 oder Martina Mondl 0676/34 233 68

Anmeldung bis Sonntag abend. Bezahlt wird nur bei Teilnahme bzw.
Unkostenbeitrag von 8€ bei Absage innerhalb der letzten 24 Stunden.

