



Für Anfänger und Fortgeschrittene

Verbessern Sie Ihre Gesamtbeweglichkeit und aktivieren Sie schonend das Herz-Kreislauf System. Ihre Stoffwechseltätigkeit wird angeregt und die Muskel-Venen-Pumpe erhöht den lymphatischen Rückfluss. Positive Nebeneffekte sind Stressabbau und Gewichtsregulation.

Kursinfos

Outdoor-Ganzkörpertraining mit aktivem Armeinsatz über spezielle Stöcke.

5 Termine, nur 60,- € Immer dienstags. 19.00-20.00 Uhr

April Mai
10 17 24 08 15

vitaprax

Grötzinger Straße 18 72631 Aichtal-Aich Telefon 07127 5702080 anmeldung@vitaprax.de www.vitaprax.de

Anmeldung u.weitere Infos per Mail, Telefon oder unter -