

HOT IRON®



mit André Wedel!

Ab Oktober **NEU** beim VfL Egenburg

HOT IRON® - Das ist dein begeisterndes und effektives Ganzkörper-Training mit der Langhantel!

Ob als idealer Einstieg in das Langhanteltraining oder für fortgeschrittene Sportler: Dieses mitreißende Kraftausdauer-Training mit der Langhantel ist für jeden geeignet.

Deutliche Körperfett-Reduktion, eine knackige Muskulatur, Kräftigung des Rückens und eine deutlich erhöhte Alltags-Lebensqualität sind die spürbaren und sichtbaren Ergebnisse.

Start Oktober 2022

Montag
19 – 20 Uhr

Donnerstag
19 – 20 Uhr

IRON SYSTEM®

10.10., 17.10., 24.10., 07.11., 14.11.,
21.11., 28.11., 05.12., 12.12., 19.12.

06.10., 13.10., 20.10., 27.10., 10.11.,
17.11., 24.11., 01.12., 08.12., 15.12.

Mitglieder: 45,00 Euro
Nicht Mitglieder: 85,00 Euro

Mitglieder: 45,00 Euro
Nicht Mitglieder: 85,00 Euro

Interesse?

Dann melde dich verbindlich an:

andre.wedel@posteo.de



Die Kurse finden ab 5 Anmeldungen statt!