

A.I.R.FITNESS

AIR Fitness ist ein schweißtreibender, ausgewogener und motivierender Work Out für den ganzen Körper mit Musik. Die Lektionen bestehen aus drei Abschnitten (à 20 Minuten): Aerobic, Intervalltraining und Regeneration. Alle ÜBUNGEN sind sehr einfach und abwechslungsreich.

Wegen beschränkter Anzahl der Steppbretter ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich.

// MITTWOCHS VON 18:00 BIS 19:00 UHR

[ANMELDEN](#)