



STEP – AEROBIC - KURS

Step-Fitness ist ein effektives Ausdauer-Training, das die gesamte Bein- und Po- Muskulatur beansprucht und zusätzlich dein Herz-Kreislauf-System in Schwung bringt. Und das Beste ist: Unser Gute-Laune-Workout macht nicht nur Spaß, sondern verbrennt auch jede Menge Kalorien und bringt dein Taktgefühl nochmal in Schwung!

Interessierte können sich bei der Natalie Kirkpatrick zur einer kostenfreien Probestunde anmelden!

Der neue Kursdaten:

Termin: 04.09.2023

Tag/Uhrzeit: Montags, 18.30 Uhr

Dauer: 8 x 60 Min

Kursleitung: Natalie Kirkpatrick

Ort: Turnhalle Niederstadtfeld

Kursgebühr: 65.- Euro

Mitglieder SC Nieder- und FC Oberstadtfeld 45.- Euro

Info/Anmeldung:

Natalie Kirkpatrick, 0170 6856401

SC Niederstadtfeld, Email: scn@sgstadtfeld.de

FC Oberstadtfeld, 0151 42326256