

Smovey

TRAINING

VITALISIERUNG | MOBILITÄT | ENTSPANNUNG

ZIELE UND INHALTE DES TRAININGS:

- Stärkung des gesamten Bewegungsapparates
- Erhöhung von Beweglichkeit und Mobilität
- Kräftigung des Herz-Kreislauf-Systems
- Förderung des Stoffwechsels



„ICH BEWEGE MICH“

Kursort: ...Barbarahalle.Grünbach

Kurstermin:Montag.17.-18.Uhr

Kursbeitrag:9.€ pro.Einheit

smoveyCOACH: **Manfred**

Handy: **+43 664 5169911**

Schnuppertraining 11. Oktober 2021

Leihsmoveys stehen zur Verfügung

