

TURNVEREIN OYTEN e.V.

KURSANGEBOT

KURSANGEBOT

Stepworkout

Step Workout ist ein effektives Training um deine Fitness zu verbessern und Muskulatur aufzubauen. Durch die leichten Choreographien im Wechsel mit einem Workout (Bauch, Beine, Po), beanspruchst du dein Herz-Kreislauf-System und verbrennst ordentlich Kalorien

Ort: TV Oyten - Bewegungshalle

Zeit: **sonntags, ab dem 5. Januar 2025
bis zum 9. März 2025 (10x)**

10:45 bis 11:40 Uhr

Teilnehmer: Das Training ist sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene gut geeignet. Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen. Mindestteilnehmerzahl ist 12!

Kosten: € 25,-- für Vereinsmitglieder des TV Oyten
€ 60,-- für Nicht-Mitglieder

Kursleitung: Kerstin Schulz (Fitnesstrainerin)

Anmeldung nur über Internet: unter www.TV-Oyten.de („Kursangebot“).
Mindestteilnehmerzahl für das Zustandekommen des Kurses.
Begrenzte Teilnehmerzahl; Plätze nach Eingang der Anmeldung.

