

ES GEHT WIEDER LOS



Workout nach

TAE BOO ART

Workout nach TAE BOO ART ist ein effektives dynamische Kardiotraining, das viele Elemente aus der asiatischen Kampfkunst enthält. Die Techniken werden gezielt und kraftvoll durchgeführt und sind sehr anspruchsvoll für die Kondition und die Muskulatur (ab 16 Jahre für Frauen und Männer).

mit **Katja Irmer**

ab Montag, den 29.04.2019 um 19.30 Uhr

Sporthalle Am Park

Infos: Ria Thun 04871-761836 oder ria.thun@web.de

MTSV Hohenwestedt