

August 2022

Langhantel



Erlebe ein Ganzkörper- Workout mit der Langhantelstange. Durch die individuelle Gewichtseinstellung ist das Training für Einsteiger bis Profis jeden Alters geeignet!

mittwochs: 17:30 Uhr
donnerstags: 10:05 Uhr

(jeweils 15 min.)

Viel Spaß wünscht dir dein **aktiva** -Team!