

Fit durchs Jahr

jetzt Dienstags in der Turnhalle Neuenfelde

**Achtung: jetzt
Dienstags ab den
27.02.2024 und in
der Turnhalle
Neuenfelde !**

Ab 27. Februar 2024

jetzt Dienstags

19.00 – 20.00 Uhr

Trainerin:

Katharina Oben



Trainingsinhalte:

Ein Mix aus Fitness, BBP, Yoga und Pilates.
Dehnung, Kräftigung und Stabilisation
des gesamten Körpers, insbesondere
der Bauch- und Rückenmuskulatur

Für Anfänger und Wiedereinsteiger
Für Männer und Frauen
Für Geübte und Ungeübte

Ort: Turnhalle Schule Neuenfelde
in HH-Neuenfelde, Arp-Schnitger-Stieg

Diese Fitnessgruppe wird jetzt
ohne Anmeldung und ohne zeitlich
begrenzende Kursform angeboten.

[https:// este0670.de](https://este0670.de)

*Wir bewegen
Menschen*

