



HOT IRON

mit Silvia Groffmann



Hot Iron ist ein von IRON SYSTEM™ erstelltes Trainingsprogramm mit unter anderem Langhantelstange und individuellen Gewichten. Somit bekommst Du ein Ganzkörper-Workout, welches Deine Muskulatur und Deinen Rücken perfekt stärkt. Neben dem Schwitzen wirst Du auch jede Menge Spaß haben. Komm' vorbei und probiere es aus! 😊

Anmeldung in der Geschäftsstelle des SVT,
Süderdorfkamp 22
Infos unter: info@sv-tungendorf.de
oder per Telefon: 0 43 21/30 00-0

Zeit: dienstags 20:15-21:15 Uhr Einsteiger
donnerstags 19:00-20:00 Uhr Fortgeschrittene
Ort: SVT Bewegungswelt
Kategorie: Silber