

STRONG NATION™

HOHE INTENSITÄT. FÜR DEN GANZEN
KÖRPER. OHNE AUSRÜSTUNG.

TRAINIERE + HÄRTER ALS JE ZUVOR.

STRONG Nation™ ist ein revolutionäres, hochintensives 60-Minuten-Workout für den ganzen Körper, bei dem jede einzelne **Cardio- und Muskeltrainingsübung** synchron zu speziell produzierter Musik ausgeführt wird. Du zählst also keine Wiederholungen, sondern **trainierst zum Beat**, um deine Grenzen zu überschreiten und mehr Kalorien zu verbrennen. Das Ergebnis ist eine Transformation des ganzen Körpers

STEINHAUS

Kirchenplatz 1
4641 Steinhaus

Mittwochs, 18:45-19:45 Uhr | 29.09.-15.12.2021
(27.10. & 08.12. kein Kurs)

Preise für den Kurs:

Einheiten	Erwachsene	Jugendliche*
10	€ 100	€ 90
9	€ 90	€ 80
8	€ 80	€ 70
7	€ 70	€ 60
Einzelne Std.	€ 12	€ 10,50

*gilt für Schüler/Lehrlinge/Studenten

Yoga-/Gymnastikmatte mitnehmen
3-G-Regel bitte beachten

Anmeldung:

Ines Niedermaier
+43 664 361 70 25

ines.niedermaier@gmail.com