

Kurs "Senioren-Fit"

Der Neue Kurs "Senioren-Fit" ist nicht nur für Senioren geeignet!

Bei Interesse an dem Kurs "Senioren Fit" darf man sich nicht von dem Begriff "Senioren" beeinflussen lassen. Dieser Kurs richtet sich auch an die Mitglieder, die sich analog dem abendlichen "Muscle Power"-Kurs für ein Ganzkörper-Training interessieren, abends jedoch aus beruflichen oder anderen Gründen nicht teilnehmen können.