

Sport- & Fitnessangebot des TSV 1860 Hanau e.V.



Bodyforming

Ein funktionelles und abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, mal mit Geräten/Hilfsmitteln, mal nur mit dem eigenen Körpergewicht.

Ein effektives Workout für Alle bei dem wir gemeinsam den inneren Schweinehund und die Problemzonen (Bauch, Beine, Po, Arme) bekämpfen. Für einen kräftigeren, strafferen Körper und ein besseres Körpergefühl.

Montags 18:50 – 19:50 Uhr
Sporthalle Hessen-Homburg,
Am Schwellenlager 63452 Hanau
Trainerin: Marion

Spricht Dich unser Sportangebot an, gerne steht Dir unser Abteilungsvorstand per E-Mail unter gymnastik@tsv1860hanau.de zur Verfügung.

