

WfF Berlin-Brandenburg e.V.

Datum: am 14.03.2023 um 19:15

Titel: WfF Indoor Workout

Bleibe fit in der kalten Jahreszeit :)

- Power dich in der energiegeladenen Gruppe aus
- Lass dich anstecken von unserer guten Laune
- Entspanne beim abschließenden Yoga Cool Down
- Einsteiger jederzeit willkommen

Unsere Trainerin Nikki ist bestens ausgebildet - mit viel Erfahrung im Fitness- und HIIT-Zirkeltraining.

Hier die Eckdaten:

- Anspruchsvolle Übungseinheiten mit professioneller Trainerin (ca. 1 Stunde).
- Immer Dienstags, 19:15 Uhr.
- Bitte zu jedem Trainingstermin über die Website anmelden.
- Für Neueinsteiger ist der erste Termin ein kostenloses Schnuppertraining.
- Unkostenbeitrag 5€ für Mitglieder, sonst 6€ pro Termin.
- Die Anmeldung erfolgt zum ersten Termin im Monat. Alle Termine des Monats werden berechnet, unabhängig von der Teilnahme.

Daran solltest du denken:

- Matte oder Handtuch
 - Ausreichend Getränke
 - Gute Laune :)
-