WMTV SOLINGEN

Adolf-Clarenbach-Str. 41, Solingen-Wald, Telefon 0212-31 85 97

Shadow Boxen

Der patentierte SHADOW BOXER
ist das ultimative Allround Paket für

- Kraft
- Beweglichkeit
- Koordination
- Ausdauer
- Sowie psychische, physische und mentale Steigerung der eigenen Fähigkeiten

Neu

Der Gürtel und die Tubes stärken die Muskeln und stabilisieren den Körper. Die Bewegungen verlaufen zielgerichtet und richtig durch den Gürtel ab.

Start:	**ab Montag 07.05. – 09.07.2018** (= 9 x)
Ort:	**GH Dellerstraße**
Uhrzeit:	**21.00 – 22.00 Uhr**
Anmeldung:	**unter Kurs-Nr. 6934-49**
Kosten:	18,00 € - für Mitglieder
	54,00 € - für Nichtmitglieder
Leitung:	Melanie Tillert