



AQUA DANCE OG FITNESS

bevæg dig glad i varmt vand

Med Aqua Dance og fitness forbrænder du kalorier i det lune vand til glad musik.

Hele kroppen er i bevægelse, og vandets modstand giver god muskeltræning. Træningen er velegnet, hvis du har problemer med muskler, led og ryg – men Aqua Dance og fitness er for alle.

Tid

Onsdag kl. 15.00 - 16.00

Fredag kl. 10.00 - 11.00

Træningen varer 50 minutter, men afsæt tid til badning før og efter.

Sted

Birkebjergparkens Varmtvandsbassin,
Birkebjerg Allé 8, 4700 Næstved.

Sæson

Onsdag den 22. august 2018 -
fredag den 14. december 2018.

Ferie uge 42.

Pris

Kr. 1.025,- (begge dage)

Kr. 750,- for onsdag eller fredag.

Mere information

Lise Skovgård, mail snovski@gmail.com,
tlf. 40 32 60 02.

GRATIS PRØVETIME
i uge 34 og 35 - 2018.

Tilmeld dig på www.naestvedfirmasport.dk



Find os på Facebook - søg på:
Næstved Firma Sport

www.naestvedfirmasport.dk

nfs
Næstved
Firma Sport