AQUA FITNESS

bevæg dig glad i varmt vand

Med Aqua 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 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: 8. januar - 27. maj 2020
Fredag: 10. januar - 29. maj 2020

(Ferie uge 7, påsken, 6. maj, 20. og 22. maj)

Pris
Kr. 1.075,- (begge dage)
Kr. 750,- for onsdags- eller fredagshold

Tilmeld dig
på www.naestvedfirmasport.dk

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

Find os på Facebook - søg på:
Næstved Firma Sport

www.naestvedfirmasport.dk

Næstved Firma Sport