



POWERHOOP

Powerhoop er både sjov og effektiv træning. Ringens vægt styrker musklerne i taljen, hofterne, numsen og benene.

Den er enkel at bruge – også for dem, der aldrig har lært at hulehoppe. Vi kombinerer træningen med stepbænke, bolde og elastikker, og du får pulsen op.

Kom og vær med – vi har powerhoops, du kan låne, og du er velkommen til en gratis prøvetime!

Sted

Hallen i Næstved Firma Sport
Kasernevej 24, Næstved.

Tid

Tirsdag kl. 10.30 - 11.30.

Efterårssæson 2023

5. september - 19. december 2023.

Pris

375 kr.

Tilmelding

I tilmelder jer på hjemmesiden
via QR-koden



For mere information kontakt instruktør
Inger Stelzig
ingerstelzig@gmail.com
26 39 02 80



Find os på Facebook - søg på:
Næstved Firma Sport

Læs mere på
www.naestvedfirmasport.dk

nfs
Næstved
Firma Sport