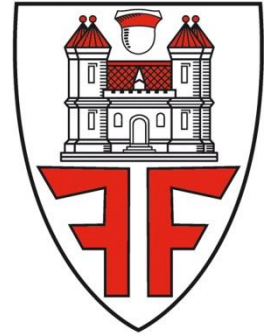


Schnupperangebot
Für Frauen und Männer



STRONG by Zumba

Wem das Zumba Training bislang nicht intensiv genug gewesen ist, der bekommt mit STRONG by Zumba jetzt die Möglichkeit, sich beim HIIT-Training auszutoben.

– **“High Intensity Intervall Training”** –
Es wird kurz, aber mit einer sehr hohen Intensität trainiert.

Sa., 23. März von 16:00 – 17:30 Uhr

Bürgerhaus Lich

Leitung: Aljona Himmelpacht

Regelmäßige Übungsstunden **HIIT-Training**
jeweils donnerstags ab 20:15 Uhr
im TV-Raum Hallenbad