

HULA HOOP FITNESS

IN KOOPERATION MIT DEM FAMILIENZENTRUM DUISBURG-MITTE



HULA HOOP FITNESS

IN KOOPERATION MIT DEM FAMILIENZENTRUM DUISBURG-MITTE

Hula Hoop Fitness ist ein Sportprogramm, bei dem Kalorien verbrannt werden. Die Bewegung mit dem Reifen in Kombination mit klassischen Fitnessübungen für Bauch-Beine-Po sowie Arme und Schultern machen aus dieser Stunde ein Ganzkörper Workout mit Spaßfaktor.

Leitung: Jennifer Cervellera

Kursort: Pfarrheim, Karl-Jarres-Str. 152, 47053 Duisburg-Mitte

Datum: Mi 10.04. – 19.06.2024

Uhrzeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Kursgebühr: 37,00 €

Infos und Anmeldung: Tel.: 0203/28104-74/-52
www.kefb.info