



Faszien Kick + Spin Cycling

<https://activ-sports.de/kurs/faszien-kick-spin-cycling/>

Herz-Kreislauf-Training auf feststehenden Rädern, zudem werden mit versch. Übungen die Faszien, mit einer speziellen Faszienrolle, entspannt.

Schwierigkeitsgrad: für Jeden geeignet

Termine

Dienstags
18:25 mit Bettina

© 2019 Activ Sports | Ihr Fitness- und Gesundheitsstudio in Schmallenberg