



Rücken Fit

<https://activ-sports.de/kurs/ruecken-fit/>

Kräftigung der gesamten Rücken- und Rumpfmuskulatur; Matten-Übungen mit dem eigenen Körpergewicht

Schwierigkeitsgrad: für Jeden geeignet

Termine

Donnerstags
19:35 Christin

© 2021 Activ Sports | Ihr Fitness- und Gesundheitsstudio in Schmallenberg