



SPECIAL KURS

Gehringsswalde

06/08/2026

- 18.30 - 19.30 Uhr **Beckenbodentraining**

13/08/2026

- 16.30 - 17.25 Uhr **Starke Schultern und mobile Brustwirbelsäule**
- 17.30 - 18.25 Uhr **Vitales Becken und freie Hüften in Kombination mit Hip Power - gezieltes Abduktorentaining**
- 18.30 - 19.25 Uhr **Gleichgewichtstraining**
- ausschließlich Privatzahlung: 10€ pro Kurs oder 35€ für alle vier Kurse!
- Bitte eigene Gymnastikmatte sowie etwas zu trinken mitbringen!
- 📍 Turnhalle Gehringsswalde



JETZT ANMELDEN!

ANMELDUNG AB SOFORT UNTER:

AKTIV MIT JULIA

Julia Voigt



015207957976



AKTIVMITJULIA@ICLOUD.COM