



Special Kurs ZIRKELTRAINING / KREISTRAINING

Intensives 60-minütiges Zirkeltraining mit wechselnden Kraft-, Ausdauer- und Koordinationsübungen.

Ziele des Trainings:

- hoher Kalorienverbrauch
- Verbesserung der Kraft
- Steigerung der Kondition
- Förderung der Ganzkörperstabilität

- **einmalig im Februar 2026**
- **Dauer: 1 Stunde**
- **Privatzahlung: 10€ Kursgebühr**
- **Parkplatz direkt im Gelände**
- **Turnhalle Carolabad, Riedstraße 32, 09117 Chemnitz - Rabenstein**



**07. FEBRUAR 2026
UM 11.00 UHR**

ANMELDUNG AB SOFORT UNTER:

AKTIV MIT JULIA
Julia Voigt



015207957976



AKTIVMITJULIA@ICLOUD.COM

