

Total Body Conditioning ASF

Unser Ganzkörpermuskeltraining, geeignet für alle Leistungsstufen. Unter Einsatz von Hilfsgeräten wie Kurzhanteln, Tubes und Steps werden alle Muskelgruppen gezielt trainiert. Kombiniert mit einem Ausdauertraining entsteht so ein optimales Workout.

TERMINE:

SPORTSTÄTTEN:

WEITERE INFOS:

Turngemeinde Bornheim 1860 e.V.
Berger Straße 294, 60385 Frankfurt
Telefon 069 / 4600040
Email: info@tgbornheim.de
www.tgbornheim.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Montag - Freitag
8.00 bis 12.00 Uhr
15.00 bis 20.00 Uhr