



MEN'S FITNESS

Exklusives Kleingruppentraining

In diesem funktionellen Training verbesserst du deine Kraft und deine Ausdauer.

Körperliche Dysbalancen kannst du ausgleichen und endlich wieder flexibler und beweglicher werden.

Du förderst zudem deine Fitness und allgemeine Gesundheit.

Das Kurskonzept besteht aus einer Vielfalt von Übungen und Workouts mit dem eigenen Körpergewicht, zudem wird mit Hanteln, Kettlebells und weiteren Tools trainiert

Geeignet für jedes Alter und Fitness Level
Einstieg jederzeit möglich.

Trainiert wird in einer Gruppe mit Personaltrainings Charakter mit max. 6 Teilnehmern.

Diese Gruppe ist ausschließlich für Männer.

TERMIN

Montags um 19 Uhr

Donnerstags um 19 Uhr

Nur buchbar als 5-er Paket für 150€
(5 Termine in Folge)
oder 5er Paket für 180 €
(5 variable Termine)

Buchung und Rückfragen über
info@studio12-munich.com