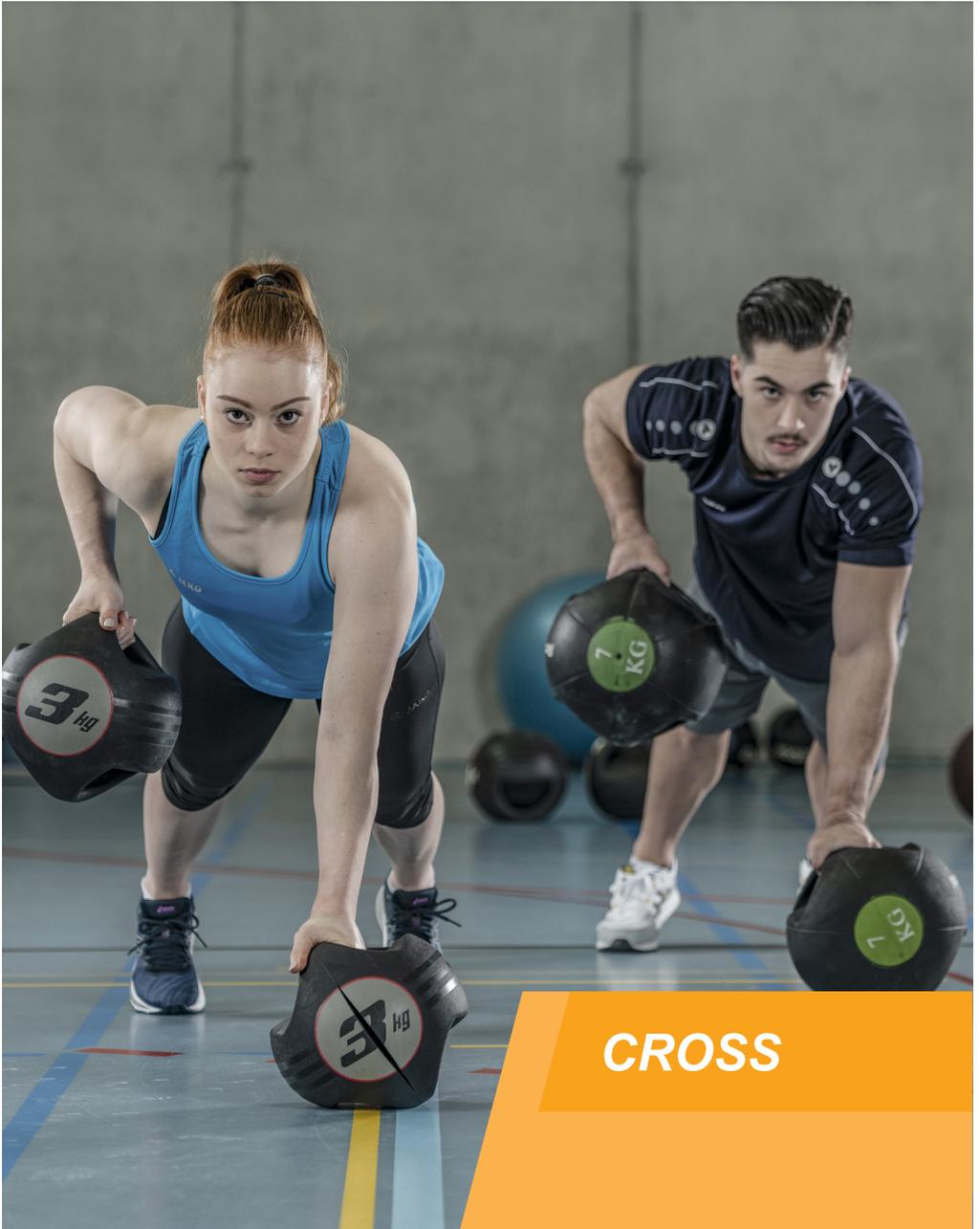




CROSS



CROSS

WINTERFIT.INFO POWER DICH FIT

WINTERFIT DES SCHWEIZERISCHEN TURNVERBANDES

Winterfit Cross ist ein intensives und herausforderndes Variantentraining, welches die maximale Leistungsfähigkeit jedes Teilnehmenden fordert und fördert. Die Trainingslektionen sind für körperlich sehr aktive und leistungsfähige Personen, die eine neue Herausforderung suchen und die ihre persönlichen Grenzen immer wieder aufs Neue ausloten wollen, konzipiert.

Winterfit Cross ist unser Beitrag zur Gesundheitsförderung und Verletzungsprävention.

Das hochpulsige Winterfit Cross bietet eine Form von Training, mit dem die Essenz der Kraft in all ihren Formen entdeckt werden kann. Die Kombination aus Ausdauer- und Krafttraining in den verschiedensten Ausprägungen und Varianten belastet die Muskulatur und den gesamten Kreislauf in einer höchst intensiven Weise. Innerhalb der 60-minütigen Lektion werden die körperlichen Fähigkeiten einmal anders gefordert.

EIN TRAINING BIS AN DIE LEISTUNGSGRENZE!

KONTAKT
WO
WANN
ZEITRAUM
KOSTEN
WEITERES

(Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.)

WINTERFIT.INFO POWER DICH FIT

WINTERFIT DES SCHWEIZERISCHEN TURNVERBANDES

Winterfit Cross ist ein intensives und herausforderndes Variantentraining, welches die maximale Leistungsfähigkeit jedes Teilnehmenden fordert und fördert. Die Trainingslektionen sind für körperlich sehr aktive und leistungsfähige Personen, die eine neue Herausforderung suchen und die ihre persönlichen Grenzen immer wieder aufs Neue ausloten wollen, konzipiert.

Winterfit Cross ist unser Beitrag zur Gesundheitsförderung und Verletzungsprävention.

Das hochpulsige Winterfit Cross bietet eine Form von Training, mit dem die Essenz der Kraft in all ihren Formen entdeckt werden kann. Die Kombination aus Ausdauer- und Krafttraining in den verschiedensten Ausprägungen und Varianten belastet die Muskulatur und den gesamten Kreislauf in einer höchst intensiven Weise. Innerhalb der 60-minütigen Lektion werden die körperlichen Fähigkeiten einmal anders gefordert.

EIN TRAINING BIS AN DIE LEISTUNGSGRENZE!

KONTAKT
WO
WANN
ZEITRAUM
KOSTEN
WEITERES

(Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.)