



WMTV SOLINGEN

Adolf-Clarenbach-Str. 41, Solingen-Wald, Telefon 0212-31 85 97



Jump dich glücklich

JUMPING®
FITNESS

ab 04.05.2018

In dieser Stunde werden 400 Muskeln eingesetzt und bis zu 1200 Kalorien können verbraucht werden.

Jumping-Fitness ist gelenkschonend und 3 mal effektiver als Jogging. Bei guter Musik macht es noch mehr Spaß!

NEU

ab Freitag 04.05. – 06.07.2018 (= 10 x)

Uhrzeit: 19.30 – 20.30 Uhr

Ort: Gymnastikhalle WMTV

Anmeldung unter Kurs-Nr.

+ Zahlung: 20,00 € - für Mitglieder
60,00 € - für Nichtmitglieder

Leitung: Melanie Tillert