

# Body rock training

Für Jugendliche und Erwachsene

## Was ist body rock training?

- ein funktionaler Trainingsmix aus
- Animal Moves
- DeepWork
- Neuroathletic-Training
- HIT Training

mit Power Musik

SRC-Kirchham



**Wann:** Freitag den 28.09. 2018

**Wo:** Turnhalle Kirchham

**Uhrzeit:** 17:00 – 18:00 Uhr

**Beitrag:** 10 Einheiten 35,00 Euro (Union Mitglieder)  
45,00 Euro (nicht Mitglieder)  
25,00 Euro (Jugend bis 18Lj.)

Du benötigst Handtuch und Getränk

**Infos und Anmeldung bei:**

**PT. Martin Grill 0664/2828266**