

ERWACHSENE

HULA-POWER-MIX

**FREITAGS, 18.30-19.30 UHR
IM VEREINSHAUS**

**TRADITIONELLE KUNST DES HULA-HOOPS VEREINT
MIT HOCHINTENSIVEN TABATA-INTERVALLEN!**



**VERBESSERUNG DER HULA-HOOP-
FÄHIGKEITEN**

BAUCH-BEINE-PO TRAINING



**STÄRKUNG DER RUMPFMUSKULATUR UND
KOORDINATIONSFÄHIGKEIT**

**WEITERE INFOS BEI BEI VIVIEN:
VIVIEN.HAGEMANNPS@GMAIL.COM**

