

Skigymnastik

Für Jugendliche und
Erwachsene



Fit für die Piste

Mache dich mit unserem Workout fit für deinen
liebsten Wintersport. Ein besonderes Augenmerk
liegt dabei im

**Aufbau und der Stabilisierung deiner
Rumpf- und Beinmuskulatur sowie
dem Ausdauertraining.**

Auf dein Kommen freut sich Andrea
und die gesamte Fitnessabteilung