

RINGTREENING

KOSE SPORDIMAJAS

KOLMAPÄEV KELL 18.30
LAUPÄEV KELL 11.15

TREENER

MARIS
56274966

FUNKTSIONAALNE RÜHMATREENING JÕUSAALIS NAISTELE JA MEESTELE

TREENINGUS KASUTATAKSE JÕUSAALISEADMEID JA VÄIKEVAHENDeid
HARJUTUSED ON SAALIS PAIGUTATUD „JAAMADESSE“
IGAS JAAMAS SOORITATAKSE HARJUTUS ÜHELE LIHASRÜHMAL

REGISTREERIMINE JA LISAINFORMATSIOON
„Ringtreening Kose Spordimaja“ [Facebook](#) grupis
või telefoni teel 56274966

TREENINGU KESTVUS 60MIN
EELREGISTREERIMINE TREENINGULE VAJALIK

1x ÜKSIKPILET 5
10x SEERIAPILET 40€
(LISANDUB JÕUSAALI PILET)