

Strong nation (fitnis oefeningen zonder attributen op muziek)



MAAK KENNIS MET HIITTRAINING OP MUZIEK

STRONG NATION™ combineert hoge intensiteit intervaltraining met de motiverende kracht van perfect gesynchroniseerde muziek. In elke les smelten muziek en bewegingen samen om je boven jezelf uit te tillen.

We bouwen de les op in verschillende quadranten die iedere keer intensiever worden, 1 quadrat is vooral gericht op buikspieren.

Alle spieren in je lichaam worden gebruikt tijdens de training.

Kom snel langs en probeer deze leuke training uit!

Stuur een whatsapp bij vragen of voor je in te schrijven in de les: 0496728192

Wanneer

Van ma 1 september 2025 tot vr 26 juni 2026

Altijd open

Waar

site 'De Borg'

Rotemerbaan
3680 Neeroeteren (Maaseik)

Prijs

€8.00

10 beurtenkaart (3maanden geldig): 70 EUR, 1 les : 8 EUR

Reserveren

• tel: 0496728192

Meer info

• tel: 0496728192