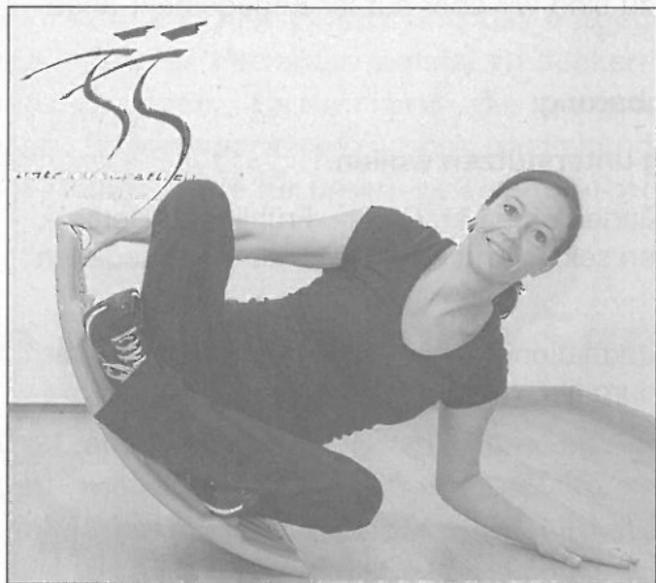


Mit «antriebskraft.ch» erleben Sie Fitness, Balance und Spass

Bereits seit drei Jahren wird am Rohrdorferberg mit dem multifunktionellen T-Bow Fitness, Balance und Spass angeboten. Der T-Bow ist eine Art Bogenbrett, welches auf einer Seite als Step und auf der andern Seite als Schaukel gebraucht wird. Die dazugehörenden T-Bands (Therabänder) ermöglichen, alle Muskelgruppen zu kräftigen. Mit einer T-Bow-Lektion trainiert man somit Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und ganz im Besonderen die Balance. Die tolle Musik dazu verleiht einem beinahe Flügel und es macht enorm viel Spass, in der Gruppe zu trainieren.

Neue Einsteiger-Gruppe in Busslingen, jeweils Donnerstag von 9.45 bis 10.45 Uhr.

Auskünfte erteilt Ihnen Sibylle Fehlmann, T-Bow-Instruktorin, 076 786 65 70.



Sehen Sie auch unter www.antriebskraft.ch, wie Sie ein ganzheitliches Training zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden erlangen.