

LesMills Bodypump

das beliebteste Gruppenfitnessprogramm der Welt

Das erwartet dich bei LesMills:

- Ein anspruchsvolles Training
- Motivierende Musik
- Tolle Gruppendynamik

Wo finde ich ein Studio, dass LesMills Bodypump anbietet?

- Derzeit findest du Bodypump im Energy Fitness Greinsfurth!

Für wen ist LesMills Bodypump?

- Generell eignet sich Bodypump für Alt und Jung und für Personen von wenig bis viel Bewegungserfahrung
- Wenn du noch nicht so viel Erfahrung hast und dir nicht sicher bist, komm vorbei und wir arbeiten gemeinsam an deiner Technik usw.

Weitere Vorteile:

- Du wirst fit
- Du baust Muskeln auf
- Du stärkst auch deinen passiven Bewegungsapparat
- Du verbrennst viele Kalorien (bis zu 500kcal pro Einheit)
- Du trainierst und hast dabei Spaß

Komm vorbei, um gemeinsam mit mir zu trainieren

Dein LesMills Trainer Michael

