



BEVÆG
DIG FOR
LIVET

Kom til cirkeltræning i Aalborg Chang Motion

- Kun for damer

Træn hele kroppen i maskiner. Cirkeltræningen er sammensat så du fortrænet alle dine muskelgrupper. Det resulterer i øget muskelstyrke og kondition. Og så er det sjovt at træne med andre.

Træningen foregår i vores motionscenter, der ligger i forlængelse af Changs klubhus.

Cirkeltræning for Damer

- Tidspunkt: mandage fra kl. 17.00-18.00
- Pris: 300 kr. for 13 uger (13 træninger) - Tilmeld dig [her!](#)
- Hvem: Holdet er kun for damer, men alle kan være med.
- Instruktør: Diana Troelsen

Kontakt:

Vil du høre mere, kan du kontakte motion@aalborgchang.dk. Du kan også læse mere om Aalborg Chang Motion [her](#).

