



BEVÆG
DIG FOR
LIVET

Kom til cirkeltræning i Aalborg Chang Motion

- Kun for damer

Opstart i uge 33!

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: 500 kr. for 6 måneder (gratis adgang ved fast medlemskab)
- Hvem: Holdet er kun for damer, men alle kan være med. Der er max. 12 pladser på holdet.
- Kontakt: Diana Troelsen, instruktør, på tlf. 31615414 eller dianatroelsen@gmail.com

Læs mere på www.aalborgchang.dk

