



Aerobes Training stärkt das Herz-Kreislauf-System und fördert somit Ihre Fitness und die Fettverbrennung. Wir bieten Ihnen die vielfältigsten Fitness-Trends unter fachlicher Anleitung. Machen Sie mit bei Programmen wie Step- Aerobic, Fit und Schlank, Figur-Training, Fatburner oder Spinn-in.

Bei uns haben Sie es auch als Neueinsteiger leicht. Wir bieten ständig Kurse für neue Mitglieder. Übrigens, hier haben auch Männer Spaß an Aerobic!

Außerdem gehören spezielle Angebote wie Diabetikerkurse zum Programm. Gleichgültig, ob Sie Ihr "Fett weg kriegen" wollen oder sich fitter machen möchten, bei uns sind Sie an richtiger Adresse. All das zu flotten Rhythmen, damit Sie in Schwung und der Spaß nicht zu kurz kommt.

Zurück zu [Kursangebot](#) .