

Muscle-Power ist ein absolut effektives Training mit der Langhantel, hier gibt es keine Choreographien, keine Aerobic-Übungen und auch keine tänzerischen Einlagen. Haben am Anfang der Muscle-Power Kurse meistens nur Frauen teilgenommen, so begeistern sich jetzt auch immer mehr männliche Teilnehmer dafür.

Gerade die männlichen Teilnehmer erfahren hier, dass der Muscle-Power Kurs auch sehr fordernd und anstrengend sein kann und dass man mit entsprechenden Training und Gewicht auch im Kursraum Erfolge erzielen kann.

Machen Sie jetzt den nächsten Schritt und kommen Sie zum Muscle-Power!

Zurück zu [Kursangebot](#) .