



<https://biz.li/2kt7>

TSG AKTIVCENTER ÖFFNET EXKLUSIV FÜR ZUMBA PARTY UND FUNCTIONAL FITNESS

Veröffentlicht am 01.06.2022 um 13:30 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Für zwei besondere Specials öffnet das aktivCenter der Turnerschaft Großburgwedel (TSG) am Sonnabendnachmittag des 11. Juni 2022 seine Türen. Bei einer Neuauflage der Zumba-Party sorgt das dreiköpfige Trainerteam für Partyatmosphäre. Mit einer Mischung aus Tanz, Aerobic und Intervalltraining bringen sie die Körper zu heißen Rhythmen in Topform. Wer Spaß an der Bewegung zu lauter Musik hat, der ist von 16:30 bis 18:30 Uhr herzlich eingeladen. Functional Fitness hat sich im Zuge der umfangreichen Erweiterung der Trainingsfläche des aktivCenters im Winter vergangenen Jahres endgültig etabliert. Viele neue Geräte bieten ein effektives Ganzkörpertraining, bei dem zahlreiche Muskelgruppen gleichzeitig trainiert werden. Herzstück des neuen Functional Bereichs ist ein großer und vielseitig einsetzbarer Functional Turm, an dem sich ab 16 Uhr unter fachkundiger Anleitung ausgepowert werden kann. Im Anschluss an das schweißtreibende Training ist ab 19 Uhr ein gemeinsamer Ausklang mit kalten Getränken und Gegrilltem geplant. Anmeldungen für die Specials erfolgen telefonisch unter 05139/409701. Für Mitglieder des aktivCenters ist die Teilnahme kostenfrei. TSG-Mitglieder zahlen 5 Euro und Gäste 10 Euro.