



TRX Suspension Training Workshop – den nye supertræningsform

lørdag den 19.11 kl 13 – 14.30 i Kroppskultur / Charlottenlund med Kaisa I-Jakobsen

Kom i gang med at styrke din core muskulatur, samt giv en skub til vinterformen!!!

Workshop er Gratis og du har muligheden at købe din egen TRX!



Anmeld dig senest 17.11 på kaisa@ironkaisa.dk, max 12 deltagere per workshop!