



TRX Suspension Training Workshop – den nye supertræningsform

lørdag den 26.11 kl 11 – 12.30 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 23.11 på kaisa@ironkaisa.dk, max 12 deltagere per workshop!