

CALI CREW

BODYWEIGHT TRAINING

Stark. Beweglich. Gemeinsam. ♥

**STÄRKE.
AUSDAUER.
KÖRPERKONTROLLE.
GEMEINSAM.**

Ein funktionelles Ganzkörpertraining mit Übungen aus Calisthenics, Functional Fitness und Athletiktraining – ganz ohne komplizierte Geräte.



**KRAFT &
MUSKELAUFBAU**



**CORE &
KÖRPERSTABILITÄT**



**AUSDAUER &
KÖNDITION**



**MOBILITY &
BEWEGLICHKEIT**



**CALISTHENICS
SKILLS**



**TEAM-CHALLENGES
& SPASS**

FÜR ALLE LEVEL!

- ✓ Anfänger & Fortgeschrittene
- ✓ Übungen an dein Fitnesslevel angepasst

**COME. TRAIN.
GET STRONGER. ♥**

CALI CREW – GEMEINSAM STÄRKER!



WANN?

Jeden Mittwoch
17:30 – 18:30 Uhr



WO?

TuS Rambach
Mehrzweckhalle



PROBETRAININGS:

25.11., 02.12. und 09.12.



KONTAKT:

carolina.scholz@tus-rambach.de

