

BLACK BOX TRAINING

AMIGA RÖDELHEIM



In der **BLACKBOX** erlebst du ein 45 minütiges hoch intensives und dynamisches Intervalltraining mit Nachbrenneffekt in einer Small Group Class (max 8 Personen).

Durch die hohe Intensität hast du ein effektives und effizientes Training mit hohem Kalorienverbrauch (bis zu 1.000 kcal) bei geringem Zeitaufwand. Und zusätzlich noch viel Spaß beim Gruppentraining.

PREISE TRAINING

1er	TICKET	€15,-
5er	TICKET	€65,-
10er	TICKET	€120,-

AMIGA Mitglieder können die Small Group Classes ohne Aufpreis besuchen.

MO	17:30 – 18:15 HIIT POWER
DI	17:00 – 17:45 HIIT CARDIO
MI	17:30 – 18:15 CORE AND MORE
DO	19:15 – 20:00 HIIT POWER