

TRAINIERTE FERTIGKEITEN



Schnelligkeit
Beschleunigung
Antritt

Agilität
Beweglichkeit
Koordination



Sprungkraft
Kraftausdauer



PRO ATHLET #ATHLETIKTRAINING



KURSFOS

Umfang:

- # U.a. 2 XL Trainingseinheiten
- # Bei Euch auf dem Platz
- # Zu Euren Trainingszeiten

Inhalte:

- # Verbesserung sportartspezifischer athletischer Fertigkeiten
- # Viel Spaß

Kosten & Abwicklung:

- # Anmeldung per Online-Link ausfüllen und fertig!
- # Kurskosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen und der Beihilfe NRW übernommen, eine Zuzahlung entsteht nicht.
- # Privatversicherte zahlen 25€.
- # Dieser Kurs ist auch für Nicht-Vereinsmitglieder frei zugänglich.

Weitere Infos:

u.a@prefitcologne.de

0151 2714 8205

 [prefit_de](https://www.instagram.com/prefit_de)

PREFIT