

Les Mills CXWORX - Release 34

Beschreibung	Seien Sie von Beginn an dabei und gehören Sie zu den ersten, die das neue Programm von Les Mills CX WORX kennenlernen! Im ersten Teil lernen Sie die neuen Übungen kennen und haben die Möglichkeit, an Ihrer Technik zu feilen und diese zu verbessern. Zudem erhalten Sie auch theoretisches Wissen zu CXWORX vermittelt. Im zweiten Teil nehmen Sie an der 30-minütigen Masterclass teil und weihen das neue Programm von Les Mills CXWORX ein.						
Inhalt	Einführung in das neue Les Mills CXWORX-Programm, Techniks Schulung und theoretisches Wissen zu Les Mills CXWORX.						
Voraussetzung	Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.						
Zielgruppe	Les Mills CXWORX-Kurs Teilnehmer/innen und Interessierte.						
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie lernen das neue CXWORX Programm kennen.• Sie verbessern Ihre Bewegungsabläufe und Ihre Technik						
Anschluss-Fortsetzungskurs	<ul style="list-style-type: none">• Les_Mills_CXWORX-Kurs						
Zusatzinfo	Unsere Les Mills CXWORX-Kurse finden Sie unter klubschule.ch						
Datum	16.03.2019 / E_1251370						
Zeit	10:45 - 11:45 h						
Wochentage	Sa						
Dauer	1 Kurstag(e). Total 1.20 Lektion(en) à 30 Minuten						
Preis	CHF 12.00						
Durchführungsort	Welle7 / Schanzenstrasse 5, 3008 Bern						
Termine	<table><thead><tr><th>Tag</th><th>Datum</th><th>Zeit</th></tr></thead><tbody><tr><td>1 Sa</td><td>16.03.2019</td><td>10:45 - 11:45</td></tr></tbody></table>	Tag	Datum	Zeit	1 Sa	16.03.2019	10:45 - 11:45
Tag	Datum	Zeit					
1 Sa	16.03.2019	10:45 - 11:45					