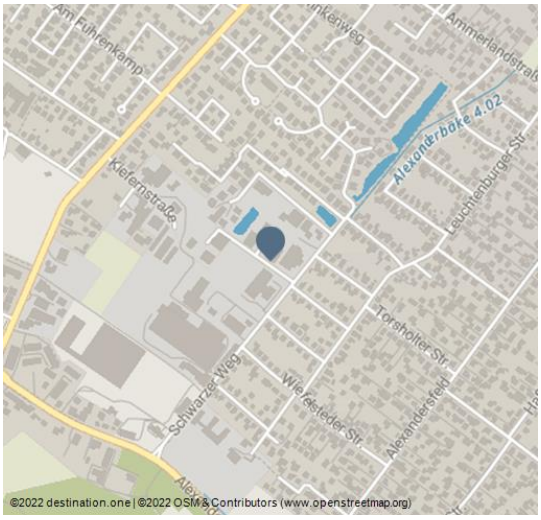
CrossFitbox

Fitness

Crossfit Geräte - © CrossFit Oldenburg GmbH



Die beliebte CrossFitbox Oldenburg ist nun auch in Wiefelstede zu finden.

Was genau ist CrossFit?

CrossFit ist ein sehr effektives Trainingskonzept, das auf Kraft- und Konditionstraining basiert – mit Übungen, die ständig variieren und mit hoher Intensität durchgeführt werden.

Trainiert wird viel mit dem eigenen Körpergewicht, aber auch mit Langhanteln, Seilen, Medizinbällen, Kurzhanteln und Kettlebells. Es wird gerudert, getragen, gesprungen und gezogen. Übungen wie Kniebeugen, Klimmzüge, Sit-Ups, Burpees und Liegestütze sind an der Tagesordnung.

Unsere Mitglieder pushen sich beim Training gegenseitig. Das motiviert nicht nur, sondern schafft auch eine Community, in der man sich zugehörig fühlt und in der Freundschaften entstehen. Der Spaß kommt ebenfalls nicht zu kurz und hilft auch den größten Couchpotatoes dran zu bleiben.

Preisinformationen:

Die Preise für eine Mitgliedschaft können in der CrossFitbox erfragt werden.

Preisinformationen:

Die Preise für eine Mitgliedschaft können in der CrossFitbox erfragt werden.

Adresse:

Karl-Fischer-Str. 2
26215 Wiefelstede - Metjendorf

01 76 / 21 38 98 97
www.crossfitoldenburg.com/
kontakt@crossfitoldenburg.com

Autor:

Gemeinde Wiefelstede
info@wiefelstede.de

Organisation:

Gemeinde Wiefelstede
http://wiefelstede.de/
info@wiefelstede.de

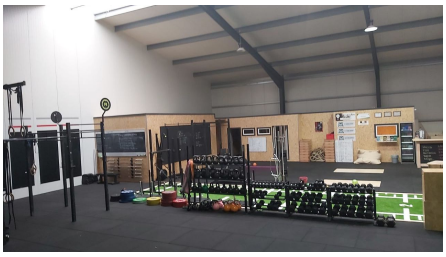
QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

https://s.et4.de/wLSPd

Quelle: destination.one
ID: p_100051351
Zuletzt geändert am 22.02.2024, 09:25

CrossFit Gruppe - © CrossFit Oldenburg GmbH

Crossfit Kettlebell - © Crossfit Oldenburg GmbH



Crossfit - © Crossfit Oldenburg GmbH

Crossfit Kasten - © CrossFit Oldenburg GmbH

Crossfit Gewicht - © CrossFit Oldenburg GmbH