

WORX

December 1.12.17-5.1.18

Joulukuu 1.12.17-5.1.18

WORX **MIA MÄ/MÄ** kl(o): 20.00
4.12 & 11.12

WORX **SVANTE ON/KE** kl(o): 06.00
13.12 / 20.12 / 27.12 & 3.1

WORX **FREYA FRE/PE** kl(o): 18.00
1.12 / 8.12 / 15.12 & 5.1

WORX är ett superroligt funktionellt cirkelträningsspass på Crossgym som passar alla träningsnivåer, du bestämmer själv takten – vi ger övningarna!
Härifrån kan du också få ideér till din egen träning.

Med Crossgymns medlemskap har du fri tillgång till WORX-passen,
utan medlemskap 10€ / gång.



WORX on superhauska ja tehokas kuntopiiritunti Crossgym-salilla joka sopii jokaiselle treenitasolle, päätät itse tahdin – me annamme liikkeet!
Täältä voit myös saada vinkkejä omaan treeniisi.

Crossgymmin jäsenyydellä vaapaa pääsy kaikille WORX-tunneille,
ilman jäsenyyttä 10€ / kerta.