



<https://biz.li/3ctz>

TAG DER OFFENEN TÜR IM INTEGRATIONS-& GESUNDHEITZENTRUM INTEGRA

Veröffentlicht am 27.02.2019 um 11:59 von Redaktion LeineBlitz

Das Integrations- & Gesundheitszentrum Integra in der Ludwig-Erhard-Straße 5 in Pattensen lädt Sonntag, 3. März, zum Tag der offenen Tür ein. In der Zeit von 13 Uhr bis 17 Uhr können sich Interessierte ein Bild davon machen, was das Studio alles im Angebot hat. Das Integra bietet moderne Fitnessgeräte, effiziente Trainingsprogramme und ein vielfältiges Kursangebot in angenehmer Studioatmosphäre an. Allen Badminton- & Squashfans wird viel Platz zum Austoben zur Verfügung gestellt. Und der neugestalteter Wellnessbereich - mit Sauna & Relax-Aussenbereich - lädt zum Entspannen ein. Für alle, die gern gemeinsam effektiv und abwechslungsreich trainieren wollen, hält Integra ein breites Programm vor: Zumba Fitness/Basic, Rückentraining, Pilates & Yoga, Step & Bodyworkout, Langhantel, Bauch-Beine-Po, Tabata-Intervalltraining, Spinning, Schlingentraining, Sport für Kinder und Jugendliche: Kung Fu. Sport für Kampfkunstbegeisterte: Selbstverteidigung, RMA Systema, Muay Thai und Krav Maga. Nähere Informationen sind erhältlich online unter www.integra-pattensen.de



Das Integrations- & Gesundheitszentrum Integra in der Ludwig-Erhard-Straße 5 in Pattensen lädt Sonntag zum Tag der Offenen Tür ein.