

CHOOSE HAPPY

LES MILLS
BODYCOMBAT

**ERWECKE DEN
KAMPFGEIST IN DIR.**

LES MILLS BODYCOMBAT

BODYCOMBAT ist das Kampfsport inspirierte Cardio-Workout ohne Körperkontakt, mit dem du deine Ausdauer, Koordination und Schnelligkeit steigert.

DEINE RESULTATE

- Steigere deine Ausdauer
- Verbessere Koordination, Beweglichkeit und Schnelligkeit
- Stärke deinen Core
- Stärke dein Selbstbewusstsein
- Baue Stress ab
- Verbrenne viele Kalorien

DAS ERWARTET DICH

In jeder BODYCOMBAT Class fordert dich dein ausgebildeter Les Mills Instructor heraus, alles zu geben – Runde für Runde. Mit BODYCOMBAT steigert du deine Ausdauer, stärkst Körper und Geist und trainierst Koordination, Beweglichkeit und Schnelligkeit. Ein ideales Workout zum Stressabbau und um die Körpermitte mit bis zu 1.700 Crunch-Impulsen zu trainieren. Du wirst schwitzen, eine Menge Spaß haben – und dich fühlen wie ein Champion.

LES MILLS BODYCOMBAT – PROBIERE ES JETZT AUS!