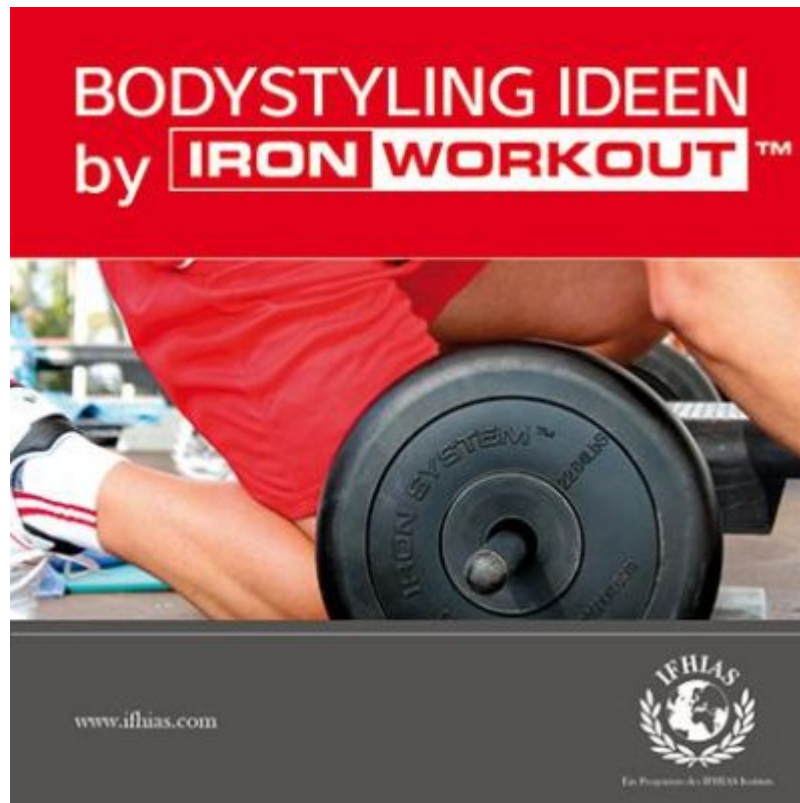

Bodystylingideen by IRON WORKOUT™

17.04.2013, 17:05 | Sport

Pressemitteilung von: *IFHIAS International GmbH*



Bodystylingideen by IRON WORKOUT™

Minimale Vorbereitungszeit & maximale Effektivität! Mit der IRON WOKROUT™ Methode werden Bodystyling-Kurse einfach und effizient zu einem ausgewogenen Training; egal ob es sich um ein 60, 45 oder 30-minütiges Ganzkörper-Workout oder ein Core Xpress Workout handelt! Trainiert wird mit dem eigenen Körpergewicht, Tubes oder Handgewichten. Durch den Einsatz von entspr. Widerständen können sowohl Anfänger als auch Profis effizient trainieren. Zusätzlich erhalten die Instrukturen kostenfreie Übungs-Updates für die Kursgestaltung. So ergeben sich insgesamt 17 Millionen verschiedene Stundenbilder!

Portrait

Als Anbieter von Aus- und Fortbildungen für Groupfitness-, Fitness- und Personaltrainer haben wir uns nicht nur verpflichtet alle unsere Bildungsangebote nach aktuellem Stand der Wissenschaft zu gestalten, sondern aktiv an diesem

Stand mitzuarbeiten. Dieses Streben nach Wissen führte zur Gründung des IFHIAS-Institutes und unserer Mission „Disce, Doce, Dilige“ - „Lerne, Lehre, Erfreue Dich!“

News-ID: 713366 • Views: 669 (Stand: 01.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/713366/Bodystylingideen-by-IRON-WORKOUT.html>