

4. NRW-Landesturnfest 



Turnfestakademie Hamm 2019

Skript

WS 211

**„Funktionelles Zirkeltraining:
Bodyweight“**

Referent: Jens Binias

kontakt@jb-training.de

**Die Übungen aus dem Workshop können ab dem 25.6.
unter folgender Adresse abgerufen werden:**

<http://www.jb-training.de/Skripte/20190622WS211.pdf>

**Sollte der Download in deinem Browser nicht
funktionieren, sende eine eMail an kontakt@jb-training.de.**