



Das schafft man sogar in der Mittagspause: in 17 Minuten einmal im Kreis.

Wo trainieren?
Milon-Zirkel

Milon-Zirkel-Training gibt es u.a. in den Fitnessparks von Zürich, Zug, Basel und St. Gallen (www.fitnesspark.ch). Ausserdem in einigen Filialen der One Training Center wie z.B. Sursee, Baar und Luzern. (www.one-training.ch)

” Strukturiert, diszipliniert und geordnet geht es zu beim Milon-Zirkel-Training. ”