



Beim „Piloxing“ kommen die Teilnehmer tüchtig ins Schwitzen. Foto: Verein

Sport-Trend: Die SG Walhalla bietet „Piloxing“ an

STEINWEG. Eine neue Fitnesswelle schwappt von den Vereinigten Staaten nach Europa – und hat jetzt die SG Walhalla erreicht. In Kooperation mit „artner.training“ bietet der Verein von nun an das „Piloxing“ an.

Wie Vereinsvorstand Erich Büchl erklärte, handelt es sich beim Piloxing um eine Trendsportart, bei der Übungen aus dem Box-Sport und Pilates ver-

eint werden. Der Effekte für den Körper seien, dass dieser „schnell gestrafft“ werde und ein „rascher Muskelaufbau“ erfolge. Zugleich stärke man das Herz-Kreislauf-System.

Der Kurs findet immer donnerstags von 19 Uhr bis 20 Uhr in der Sporthalle der SG Walhalla (Am Holzhof) statt. Ein Gratis-Schnuppertraining gibt es am 22. September um 19 Uhr. (mds)