

Kettlebels først til hausten

19.06.2013

Instruktør Janne Hjelmeland har gjort ein utretteleg innsats med treningsapparata gymstick og kettlebels. Men no er det sommar og det blir ikkje instruksjon i morgon torsdag.

Janne utsetter neste treningstreff til hausten og håpar på riktig stor oppslutnad i neste sesong. Det er særleg kettlebels som har vorte populære i den seinare tid - både her og andre stader.