Power-Dance für Anfänger

Start: 10.10.19 Kurs 10 x in 60 Min.
Kursgebühr: 39,00€, für Mitglieder der Abteilung Sport Spezial kostenlos

Termin: Donnerstags: 20:00 – 21:00 Uhr, Kein Kurs in den Ferien
Ort: Grundschule Maisach, Turnhalle
Kursleitung: Konstanze Landgraf, ausgebildete Zumbainstructorin

Kurs Nr. 19-10-e

Tanzen Sie sich zu fetziger Musik fit.
Mit einfachen Schrittkombinationen können Sie sich ganz individuell – auf Ihren Fitnessstand angepasst – auspowern.
Das Training ist ideal um Kreislauf und Stoffwechsel in Schwung zu bringen, sowie Koordination und Kondition zu fördern.
Dieses ganzheitliche Fitnessprogramm macht Spaß. Sie werden mit einem Lächeln teilnehmen und entspannt nach Hause gehen.

Fragen und Anmeldungen an: kurse@tsgmaisach.de / 08141/94302