

Power-Dance Kurs

**Kurs Nr.
23-09a**

- Start:** 25.09.2023 Kurs 9 x 60 Min. in 2023 (Kein Kurs in den Ferien)
Kursgebühr: 33 €, für Mitglieder 15 €
- Termin:** Montags 18:30 – 19:30 Uhr
Kurs-Ort: Grundschule Maisach
Teilnehmerkreis: Für alle, max. 8 Teilnehmer
Kursleitung: Daniela Neumeir, ausgebildete Zumbainstructorin

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 (08141-2285188)