

Ballettworkout



15.09. -
08.12.17

SV 1958 Gonterskirchen e.V.

lädt ein:

Wir laden zum Kurs „Ballettworkout“ für Erwachsene in das Dorfgemeinschaftshaus in Gonterskirchen ein. Ballettworkout ist ein intensives Ganzkörpertraining mit gezielten Übungen für schlanke Muskeln und eine aufrechte Wirbelsäule. Genauer gesagt, ein Mix aus Ballett, Pilates und Yoga.

Maximale Teilnehmerzahl: 20

Ausrüstung:

Bequeme Kleidung, Handtuch,
eine Jacke zum Überziehen

Wann:	Freitags ab 15.09.2017
Ort:	DGH Gonterskirchen Mittelgasse 6 35321 Laubach
Zeit:	20:15 - 21:30 Uhr
Gebühr:	Mitglieder: 41 € Nichtmitglieder: 69 €
Kursleitung:	Anja Kuhla
Kontakt:	Nina Wild, E-Mail: wuertz.nina@web.de Telefon: 01516 - 1420505
Anmeldung:	wordpress.sv-gonterskirchen.de