

Dance & More

Dance & More für Teilnehmer/innen ab 16 Jahren

Ein Kurs für jeden, der Spaß am Tanzen hat und auf Fitness nicht verzichten möchte. Eine Kursstunde beinhaltet ein intensives Warm up, das Einstudieren von Choreographien zu Hits aus den Charts sowie ein umfangreiches Körpertraining. Dance & More macht durch seine motivierende Gruppendynamik nicht nur Spaß, sondern wirkt sich auch positiv auf Geist und Körper aus. Es kurbelt das Herz-Kreislaufsystem an, fördert Ausdauer und Kraft und schult Koordination und Beweglichkeit. Ein Kursprogramm auch für Neueinsteiger. Bitte bringen Sie eine Matte mit. Für weitere Fragen steht die Kursleiterin gerne zur Verfügung: 02772 581155.

| | |
|-----------------------|---------------------------------|
| Dozent(en): | Winkel, Bianka |
| Veranstaltungsort: | Herborn, Kirchbergschule |
| Veranstaltungstag(e): | Mittwoch |
| Zeitraum: | Mi. 04.03.2020 - Mi. 10.06.2020 |
| Dauer: | 13 Termine |
| Gebühren: | 89,70 € |
| Mindestteilnehmer: | 8 |
| Teilnehmer maximal: | 20 |

Einzeltermine

| | | |
|------------|-------------------|--------------------------|
| 04.03.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 11.03.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 18.03.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 25.03.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 01.04.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 22.04.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 29.04.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 06.05.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 13.05.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 20.05.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 27.05.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 03.06.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |
| 10.06.2020 | 18:00 - 19:30 Uhr | Herborn, Kirchbergschule |