

## Latin fever - Salsa Aerobic -NEU-

Latin fever - Salsa Aerobic -NEU- Herz-Kreislauf-Training mit lateinamerikanischem Flair

Lateinamerikanische Musik, einfache Tanzschritte und Bewegungen kombiniert mit Konditionstraining und Muskelaufbau? Das ist Latin fever - Salsa Aerobic. Egal, ob Tänzer oder Sportler, hier kommt jeder auf seine Kosten. Für Latin fever - Salsa Aerobic muss man nicht tanzen können, wichtig ist, dass man Spaß an der Musik hat und sich gerne im Rhythmus bewegt. Die lateinamerikanischen und exotischen Rhythmen wirken dabei sehr motivierend. Ein Herz-Kreislauf-Training, das die Koordination, Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit fördert und Fett verbrennt. Nebenbei ist es auch ein effektives Bauch- und Haltungstraining, das Spass macht.

Dozent(en):	Brand, Dr. Sylvia
Veranstaltungsort:	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
Veranstaltungstag(e):	Freitag
Zeitraum:	Fr. 15.02.2019 - Fr. 07.06.2019
Dauer:	13 Termine
Gebühren:	55,46 €
Mindestteilnehmer:	8
Teilnehmer maximal:	20

### Einzeltermine

15.02.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
22.02.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
01.03.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
08.03.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
15.03.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
22.03.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
29.03.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
05.04.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
03.05.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
10.05.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
17.05.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
24.05.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule
07.06.2019	18:00 - 19:00 Uhr	Dillenburg, Otfried-Preußler-Schule