

Pack den Turnbeutel ein ...und vergiss die Tanzschuhe nicht!

Ein Tag der offenen Tür für alle zum ausprobieren.

Uhrzeit	Tanzraum	Uhrzeit	Turnhalle
		10.00 – 11.00	Yogilates
11.00 – 12.15	Tango Total	11.15 – 12.15	Crosstraining
12.30 – 13.45	Salsa, Basic 1 und 2	12.30 – 13.30	Easy-Step-Aerobic
14.00 – 15.00	Pop-Music meets Ballroom-Dancer	13.45 – 14.45	Hot Iron ®
		15.00 – 16.00	Fit im hohen Alter
Das Tanzangebot ist für Einsteiger und Fortgeschrittene Teilnehmer geeignet.		16.15 – 17.15	Strong 30 by Zumba ®
		17.30 – 18.30	Drums Alive
		18.45 – 19.45	Ausklang mit Yoga

In der Gymnastikhalle gibt es ein Getränke-Angebot und kleine Snacks.

Alle Angaben ohne Gewähr. Es können jederzeit Stunden dazukommen, bzw. sich verändern oder wegfallen.

Für Wertsachen übernehmen wir keine Haftung.

Bitte bringt entsprechende Kleidung und Schuhe mit. Der Tanzraum darf nur mit Tanzschuhen oder Barfuss betreten werden!

Anmeldungen unter: turnerschaft@vereinvorwaerts.de
 0421 – 32 49 24
www.vereinvorwaerts.de
<https://www.facebook.com/Vereinvorwaerts/>