

smoveyFIT'N'DANCE Kurs im Sportlerheim Haimbach!

Ab August 2019 wollen wir wieder eine **smoveyFIT'N'DANCE** Gruppe starten.

Hast du Spaß daran Tanzen und Fitness miteinander zu verbinden? Dann komm und mach mit!

In einer Stunde werden Choreographien erlernt, in der die smovey Ringe eingebaut werden.



So bewegst du dich mit Freude und merkst gar nicht, wie schnell die Zeit vergeht.
Es ist fordernd, lustig und einfach nur wow!

Das **smoveyFIT'N'DANCE** Programm vereint die bekannten Effekte der smoveys, Schwung und Vibration mit den mitreißenden Rhythmen der eigens komponierten smoveyMUSIC und Choreographien mit coolen Moves,.

Hier kannst du uns ins Aktion sehen:



Der Kurs findet Dienstag 18.30 Uhr im Sportlerheim Haimbach statt. Die Ringe werden gestellt und sind in der Kursgebühr enthalten. Die Kursgebühr beträgt für 10 Einheiten 35€ für Mitglieder des HSV (Nicht-Mitglieder 50€).

Erster Termin: Montag, 20.08.2019.

Der Kurs ist auf 10 Teilnehmer beschränkt, deshalb bitte bei Interesse und für die Anmeldung bitte mit



Nicole Jöckel, 0176 56719820 in Verbindung setzen.