W4352T Latina-Fitness Schnupperkurs NEU

Beginn	Freitag, 30.04.2027, 18:00 - 19:00 Uhr
Kursgebühr	18,00 €
Dauer	2 x
Kursleitung	Valeriia Rudholzner
Kursort	Trostberg, Grundschule, Container-Raum 3

Möchten Sie einfach mal ausprobieren, ob Latina-Fitness etwas für Sie ist? Dann haben Sie in diesem Schnupperkurs Gelegenheit dazu. Latina-Fitness ist Salsa, Samba, Bachata, Cha-Cha-Cha, Jive kombiniert mit Elementen der Fitness. Das Training kann Fett verbrennen, den Körper stärken und die Kondition verbessern. Im Kurs geht es nicht darum, tanzen zu lernen, sondern Körper und Geist in Einklang zu bringen. Rhythmische lateinamerikanische Musik und körperliche Aktivität sorgen zusammen für gute Laune und eine positive körperliche Verfassung. Bitte mitbringen: Freizeitkleidung, Laufschuhe und ein Getränk.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
30.04.2027	18:00 - 19:00 Uhr	Trostberg, Grundschule, Container-Raum 3
07.05.2027	18:00 - 19:00 Uhr	Trostberg, Grundschule, Container-Raum 3