



Endlich geht es wieder los.....

Und zwar nach den Herbstferien 6x ab Mittwoch den 26.10. jeweils von 19:15-20:15 Uhr.

Weitere Termine sind der 02.11., 09.11., 16.11., 23.11. und 30.11.2022!

LaGYM ist ein modernes, dynamisches Tanz-Fitness Programm zum Auspowern, das Spaß macht und gute Laune bringt!

Alle Teilnehmer bewegen sich zu flotter Musik, erlernen leicht nachvollziehbare Schritte, Armbewegungen und Schrittfolgen. Die Choreografien sind einfach und nicht komplex aufgebaut. Es sorgt für ein Training des Körpers, der Koordination, Herz-Kreislauf-Systems und der Beweglichkeit.

**Keine Vorkenntnisse – Keine Altersbeschränkung – Just for Fun**

Kursgebühr für diese Kurse je Übungsstunde: 4,00 € (für Nichtmitglieder)

**Für Vereinsmitglieder kostenlos !!**

Ich freue mich auf Euch !!

Sinje Fröhlich-Kasch  
LaGYM Instructorin