



TAE Æ Box Good Morningí

Ziele und Inhalte:

Box dich fit mit einer abwechslungsreichen Powerstunde, die Fitnessstraining mit den Elementen des Kickboxens verbindet. Eine Choreographie bestehend aus Kicks, Schlägen und allgemeinen Kräftigungsübungen fordert Muskulatur, Koordination und Ausdauer gleichermaßen.

Keine Vorkenntnisse nötig.

Beginn Kurs 1: Montag, 08.01.2018

Beginn Kurs 2: Montag, 09.04.2018

**Kurstage: Montags, 10.30 Uhr Æ 11.30 Uhr
Tanzschule Seidel, Vorderer Eckweg 26**

Leitung: Sarah Schilling

**Preis: 57.- Ö/ Kurs, 10 Termine
19.- Ö/ Kurs, 10 Termine
(für Mitglieder des Turnverein Villingen)**

**Anmeldung: Geschäftsstelle TV Villingen (07721/26408) oder
per Mail info@tvvillingen.de**

In Kooperation mit:

TANZSCHULEN
CHRISTIAN SEIDEL

Singen • Villingen • Backnang • Donaueschingen

