

Einmalig bei:

SV SAAR05 TANZSPORT e.V.

HULA HOOP WORKOUT FITNESSKURS

Wann:

immer Samstags

14:00 bis 15:00 Uhr

8 mal 1 Stunde ab 4. Mai 2019

**Am 6. April ab 14:00 Uhr laden wir zu
einer kostenlosen Kennenlernstunde ein.**

Wo:

Clubheim SV Saar05 Tanzsport e.V.

Strasse des 13. Januar 10

66121 Saarbrücken

www.saar05-tanzsport.de



Inhalt:

Ein entspannendes Ganzkörpertraining mit tollen Effekten für Bauch, Rücken und Körperhaltung.

Durch dieses Cardio-training werden Fettverbrennung und Stoffwechsel gesteigert.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich und das Training ist für alle Altersgruppen geeignet.

Die speziellen Hula-Hoop Reifen werden kostenlos gestellt.

Trainerin:

**Jutta Neubauer-Kiefer,
Trainerin für Fitness-und
Gesundheitssport**

Kosten:

**Für 8 Termine 80 €
pro Person**

Anmeldung unter:

info@saar05-tanzsport.de

oder bei der Kennenlernstunde