



Fon / Fax: 0335 533931
Mobil: 0170 / 1665056
Mail: k_lenk@web.de
www.letsdance-ff.de

TANZ - AEROBIC - BALLETT

Karin Lenk

***Wir halten Abstand, in der Berliner Str. 14, in Frankfurt/Oder
(Gerstenberger Höfe)! Alle Fitnesskurse starten neu! Bereits bezahlte
Kursbeiträge werden verrechnet!***

***Folgendes bitte beachten: Zu den Kursen bitte eine eigene Matte und ein
Terraband mitbringen, falls notwendig. Bitte zu den Kursen, wenn
möglich, in Sportkleidung erscheinen, und nur die Schuhe wechseln.***

<u>Montag:</u>	19.15 - 20.15 Uhr 20.30 - 21.15 Uhr	Power Aerobic III Dance Aerobic II
<u>Dienstag:</u>	16.30 - 17.15 Uhr 18.45 - 19.30 Uhr	Lateinamerikanische Fitness Lateinamerikanische Fitness
<u>Mittwoch:</u>	17.15 - 18.45 Uhr 19.00 - 20.30 Uhr	Yoga für Einsteiger und Fortgeschrittene Yoga für Einsteiger und Fortgeschrittene mit Ellen Mühle
<u>Donnerstag:</u>	16.45 - 17.30 Uhr 19.00 - 20.00 Uhr	Lateinamerikanische Fitness Bauch, Beine, Po III
<u>Freitag:</u>	17.00 - 17.30 Uhr 17.45 - 18.45 Uhr	Fat Breaker (über Skype) Bauch, Beine, Po (über Skype)
<u>Sonntag:</u>	18.00 - 19.30 Uhr	Gesellschaftstanz Grundkurs (Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Disco Fox, Foxtrott)

***Kostenloses Probetraining für die Fitnesskurse immer möglich!
Quereinsteiger herzlich willkommen! Ab einer Teilnehmerzahl von 6
Personen, werden auch Kurse nach Ihren Wünschen durchgeführt!***

Ihr Team von lets dance