



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)!***

***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>	17.00 – 17.45 Uhr	Bauch, Beine, Po
	19.15 - 20.15 Uhr	Power Aerobic III
	20.30 – 21.15 Uhr	Dance Aerobic II
<u>Dienstag:</u>	16.30 – 17.15 Uhr	Lateinamerikanische Fitness
	18.45 – 19.30 Uhr	Lateinamerikanische Fitness
<u>Mittwoch:</u>	17.00 - 18.30 Uhr	Yoga für Einsteiger und Fortgeschrittene
	19.00 - 20.30 Uhr	Yoga für Einsteiger und Fortgeschrittene mit Ellen Mühle
<u>Donnerstag:</u>	16.45 - 17.30 Uhr	Lateinamerikanische Fitness
	19.00 – 20.00 Uhr	Bauch, Beine, Po III
<u>Freitag:</u>	17.00 – 17.30 Uhr	Fat Breaker (über Skype)
	17.45 – 18.45 Uhr	Bauch, Beine, Po (über Skype)

***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