

# Dance Aerobic „3 in 1“

***Workshop!***

*Immer Dienstags um 17:00 Uhr*  
**ab 10. Jän 2012**

***Intensiv, effektiv, kurzweilig!***

***Bestehend aus:***

- 1. Muscle Workout – Ganzkörpertraining***
- 2. Cardio Dance Aerobic – einfaches Herz-Kreislauftraining***
- 3. Strech & Relax***

***mit Sandra***

begrenzte Teilnehmerzahl

