

TSV Sasel von 1925 e.V.  
bietet an:



# Dance Workout

Das tänzerische Workout sorgt für Spass an Bewegung. Der ganze Körper ist aktiv im Einsatz. Dabei wird das Herz-Kreislauf System trainiert und die Koordination verbessert. Verschiedene tänzerische Stilrichtungen fließen in das Workout mit ein und gestalten es abwechslungsreich. Das Dance-Workout bedient sich latein-amerikanischer Rhythmen, als auch an Chart Musik. Jeder Zeit kann in das Dance-Workout eingestiegen werden.

**Dienstag, 12.30 - 13.30 Uhr**  
**Halle des Vereinszentrums**

weitere Infos:  
Geschäftsstelle des TSV Sasel im Vereinszentrum,  
Saseler Parkweg 14 ☎ 601 16 17