



Am 02. Mai übernehme ich die Gruppe  
**Step Aerobic meets Aerobic**

Wenn Du auf der Suche nach einem Training für den gesamten Körper bist und das mit guter Laune und nach fetziger Musik, dann komme jeden Donnerstag in der Zeit von

**18:15 bis 19:15 Uhr**

vorbei. Denn bei einer schweißtreibenden Aerobic Stunde stärkst Du Dein Herz-Kreislauf-System, Du verbesserst Deine Koordination und Du forderst Deinen Geist.

*Also sei dabei, wenn es heißt:  
Are you ready....*



*Auch Männer sind  
willkommen*



Da mein Herz auch sehr am Aerobic hängt und dieser Trend durch einige andere Tanz-Sport-Arten ein wenig aus der Mode gekommen ist möchte ich neben dem Step auch eine Aerobic Einheit anbieten. Diese findet immer am *letzten Donnerstag im Monat* statt. Vielleicht kann ich DICH dazu motivieren.

**Eure Britta**