

# Oriental Body Workout

Workshop  
mit  
Birgit Nadler, I.TP Tanzpädagogin

Suchen Sie auch nach einer Kombination von flotten Schritten und akzentuierten, sowie geschmeidigen Bauchtanzelementen (Kicks, Bumps and Rolls) zur Verbesserung der Beweglichkeit und Haltung?

**Erleben Sie in diesem Workshop:  
wie Sie dieses Repertoire an Bewegungen zu jeder (!)  
rhythmischen Musik nutzen können.**

**Lassen Sie sich überraschen!**

**Dieser Workshop richtet sich an Alle, die eine sanftere Variante  
zu Zumba suchen.**

**Melden Sie sich jetzt an der Rezeption  
unter Tel.: 02235 – 690325 oder Tel.  
02237 670366 an!**



Das freundlich gesunde  
Fitness-Studio

- Ute Hülff – Bonner Straße 29 – 50374 Erftstadt-Lechenich – Tel. 02235/690325

**Samstag, 03.März 2012  
13.00h-14.30 h**

Sport & Gesundheit



Ich freue mich auf Euer  
Kommen