

Rundbrief Nr. 2 / 2022

15. Januar 2022

Thema: - Online-Sport - Online-Sport - Online-Sport - Online-Sport -
Bailaro® Entertainment Fitness

Bailaro® Entertainment Fitness beinhaltet Musik von Dance-Styles aus den 50´s bis hin zu Tecktonik, Hip Hop, Schlager etc. Jeder von Jung bis Alt kann sich mit den unterschiedlichsten Musikrichtungen identifizieren. Die spezielle Trainingsformel des Bailaro® ist ein Wechsel aus choreografiertem, hochintensivem Muskeltraining und Herzkreislauf-training. Es lässt Dich nicht nur jeglichen Stress vergessen, sondern bringt Dich mit Leichtigkeit auf ein vollkommen neues Fitnesslevel und das ganz ohne Vorerfahrung.

Termin: Donnerstag, 03.03.2022

Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Ort: Der Kurs findet als Online-Sportangebot statt. Die Teilnehmer erhalten nach Anmeldung einen Link für den Internetzugang, der ihnen die Teilnahme ermöglicht.

Referentin: Marion Braun

Anmeldung: Margarete Steinbach

Tel: 02305/62163 oder E-Mail: gesundheitssport@ert-online.de

Anmeldeschluss: 27.02.2022

Hinweis: Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist allerdings aus organisatorischen Gründen erforderlich.

Die nächste Fortbildung findet ebenfalls als Online-Angebot am 07.04.2022 statt. Dazu wird es zeitnah einen gesonderten Rundbrief geben.

Anna-Maria van den Meulenhof
Vorsitzende

Margarete Steinbach
Beauftragte für
Gesundheitssport

Stefan Kuprat
Sportliche Leitung