

5. März 2024

Rundbrief Nr. 07_2024

Thema: **Bailaro**

Bailaro besteht aus dem Wechsel von choreografiertem Herz-Kreislauf-Training und choreografiertem, hochintensivem Muskeltraining.

Das Entertainment Fitness Konzept beinhaltet ein vielfältiges Repertoire an Tanz- und Musikstilen, von Dancestyles aus den 50ern, HipHop, Schlager, Techno und vielen mehr.....

Termin: Donnerstag, 25.04.2024

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hildegardis-Schule, Klinikstr. 1, 44791 Bochum

Referentin: Marion Braun

Anmeldung: Iris Pöstgens, Tel: 0234/41403503

Email: gesundheitsport@ert-online.de

Anmeldeschluss: 20.04.2024

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

Anna-Maria van den Meulenhof
Vorsitzende

Iris Pöstgens
Beauftragte für
Gesundheitssport

Stefan Kuprat
Sportliche Leitung