

# Gesundheits-Event beim SV Arnach

am Samstag, **07.12.2019 ab 9 Uhr** im Gymnastikraum am Sportplatz Arnach

09.00 - 10.15 Uhr Salsa-Step Aerobic

- Schwungvolle und fließende Choreographie
- motivierende Latino-Rhythmen
- Spaß und Schwitzen

10.30 - 11.45 Uhr Balance- & Core-Training

- Ein stabilisierendes Workout
- Stärkung der inneren Mitte
- Entspannender Ausklang



Kosten: 12,00 € für einen Kurs  
20,00 € für beide Kurse

Nimm Dir ne Auszeit und lass Dich an diesem Vormittag von unserem Programm begeistern.

Anmeldung oder nähere Info ´s bei Simone Brandl unter 0151 4090 7777 oder [simone.brandl@t-online.de](mailto:simone.brandl@t-online.de)

Wir freuen uns auf Euch  
Simone und Melanie