



## Fit & Dance



### **Mach mit bei meinem Tanzkurs der Fitness und Spaß vereint!**

*„In dem Moment, an dem du dich selbst vergisst, erinnert sich deine Seele.“*

Wir tanzen zu einer Mischung aus energiegeladener Soul-, Hip-Hop- und Disco-Musik, die sowohl Klassiker als auch aktuelle Hits beinhaltet. Gemeinsam arbeiten wir an kleinen Choreographien, stärken die Ausdauer und haben vor allem Spaß an Bewegung.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende im Alter von 7 bis 100 Jahren. Bitte bequeme Kleidung, bequemes Schuhwerk sowie etwas zu trinken mitbringen.

Wir laden dich herzlich ein, Teil unserer Tanzgemeinschaft zu werden, um zu erfahren, wie viel Spaß es macht, sich zu bewegen.

Wir freuen uns auf dich!



Kursbeginn: am 16.01.2026

Wann: jeden Freitag 17-18 Uhr

Wo: Sporthalle des TSV Melsdorf, Radebrüche



**Anmeldung:** 0172 6988581 oder [sandra\\_mukow@gmx.de](mailto:sandra_mukow@gmx.de)