



Choreografie

DanceDanceDance

Möchtest Du Dich tänzerisch verbessern, oder Du suchst einfach Spaß an Bewegung? Dann bist Du hier genau richtig!

DanceMOVES

HerzKreislauftraining mit Spaß und Erlernen einer Choreografie. Der Spaß an Bewegung zur Musik steht hier im Vordergrund. Die Persönlichkeit und der Stil eines jeden Einzelnen werden hier viel Platz und Ausdruck finden.

FITburner

FITburning, Du möchtest Deine Figur modellieren und den Stoffwechsel richtig in Schwung bringen? Mit diesen FITburning-Exercises kommst Du ganz schnell in Topform, verbrennst viele Kalorien und aktivierst den Fettstoffwechsel.

Jazz Funk

Zu Soul, Funk wird eine Choreografie einstudiert, mitreißendes Kursangebot für Tanzfreaks.

Latin Fever

Tanz als Fitnessstraining zu mitreißender, lateinamerikanischer Musik. Durch choreografierte Tanzbewegungen werden das Herz-Kreislauf-System und die Koordinationsfähigkeit beansprucht.

Step 1-2

Klassische Step-Schritte werden mit dem Step zu mittelschweren bis fortgeschrittenen Choreografien zusammengesetzt und ergeben ein gelenkschonendes und intensives Herz-Kreislauf-Training. So entsteht eine mitreißende Choreografie von einer völlig neuen Art.