



# Dance Aerobic



## Garantierte Durchführung

### Beschreibung

Dance Aerobic ist ein tänzerisches Ausdauertraining für Anfänger und Fortgeschrittene. Zu aktuellen Hits verbinden Sie in diesem Kurs Aerobic mit verschiedenen Musik- und Tanzstilen. Sie vereinen Basisschritte und Armkombinationen zu einer Choreografie aus Aerobic, Street-Dance, Hip Hop, Modern, Jazz und Latin. Wie von selbst verbessert sich dabei auch Ihr Rhythmusgefühl. In diesem Kurs trainieren Anfänger/innen und Fortgeschrittene gemeinsam.

### Inhalt

- Warm up
- Ausdaueranteil Dance-Choreografie
- Cool down, Stretching

### Voraussetzung

Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

### Zielgruppe

Erwachsene

### Lernziele

- Sie erlernen neue Schritte und verbinden diese mit tänzerischen Elementen.
- Sie verbessern Ihre Ausdauer, Koordination, Rhythmus und Ihr Körpergefühl.

### Datum

22.01.2020 - 14.10.2020 / E\_1308935

### Zeit

19:00 - 19:50 h

### Wochentage

Mi

### Dauer

24 Kurstag(e). Total 24.00 Lektion(en) à 50 Minuten

### Preis

CHF 384.00

### Durchführungsort

Bahnhofstrasse 151, 8620 Wetzikon

### Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Mi	22.01.2020	19:00 - 19:50
2 Mi	29.01.2020	19:00 - 19:50
3 Mi	05.02.2020	19:00 - 19:50
4 Mi	12.02.2020	19:00 - 19:50
5 Mi	19.02.2020	19:00 - 19:50

Klubschule Migros Wetzikon

Tel. +41 58 712 44 70

Bahnhofstrasse 151  
8620 Wetzikon

info.we@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Dance Aerobic



## Garantierte Durchführung

### Termine

Tag	Datum	Zeit
6 Mi	26.02.2020	19:00 - 19:50
7 Mi	04.03.2020	19:00 - 19:50
8 Mi	11.03.2020	19:00 - 19:50
9 Mi	10.06.2020	19:00 - 19:50
10 Mi	17.06.2020	19:00 - 19:50
11 Mi	24.06.2020	19:00 - 19:50
12 Mi	01.07.2020	19:00 - 19:50
13 Mi	08.07.2020	19:00 - 19:50
14 Mi	15.07.2020	19:00 - 19:50
15 Mi	22.07.2020	19:00 - 19:50
16 Mi	19.08.2020	19:00 - 19:50
17 Mi	26.08.2020	19:00 - 19:50
18 Mi	02.09.2020	19:00 - 19:50
19 Mi	09.09.2020	19:00 - 19:50
20 Mi	16.09.2020	19:00 - 19:50
21 Mi	23.09.2020	19:00 - 19:50
22 Mi	30.09.2020	19:00 - 19:50
23 Mi	07.10.2020	19:00 - 19:50
24 Mi	14.10.2020	19:00 - 19:50

**Klubschule Migros Wetzikon** Tel. +41 58 712 44 70

Bahnhofstrasse 151  
8620 Wetzikon

info.we@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

