



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.

Zusatzinfo

Sie möchten mehr wissen oder einen konkreten Einblick erhalten? Kontaktieren Sie uns, wir reservieren Ihnen gerne einen Platz für eine Probelektion.

Datum

18.08.2021 - 22.12.2021 / E_1504271

Zeit

19:00 - 19:50 h

Wochentage

Mi

Dauer

19 Kurstag(e). Total 19.00 Lektion(en) à 50 Minuten

Preis

CHF 304.00

Durchführungsort

Bahnhofstrasse 151, 8620 Wetzikon

Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Mi	18.08.2021	19:00 - 19:50
2 Mi	25.08.2021	19:00 - 19:50
3 Mi	01.09.2021	19:00 - 19:50

Klubschule Migros Wetzikon

Tel. +41 58 712 44 70

Bahnhofstrasse 151
8620 Wetzikon

info.we@gmos.ch
klubschule.ch





Dance Aerobic



Garantierte Durchführung

Termine

Tag	Datum	Zeit
4 Mi	08.09.2021	19:00 - 19:50
5 Mi	15.09.2021	19:00 - 19:50
6 Mi	22.09.2021	19:00 - 19:50
7 Mi	29.09.2021	19:00 - 19:50
8 Mi	06.10.2021	19:00 - 19:50
9 Mi	13.10.2021	19:00 - 19:50
10 Mi	20.10.2021	19:00 - 19:50
11 Mi	27.10.2021	19:00 - 19:50
12 Mi	03.11.2021	19:00 - 19:50
13 Mi	10.11.2021	19:00 - 19:50
14 Mi	17.11.2021	19:00 - 19:50
15 Mi	24.11.2021	19:00 - 19:50
16 Mi	01.12.2021	19:00 - 19:50
17 Mi	08.12.2021	19:00 - 19:50
18 Mi	15.12.2021	19:00 - 19:50
19 Mi	22.12.2021	19:00 - 19:50

Klubschule Migros Wetzikon Tel. +41 58 712 44 70

Bahnhofstrasse 151
8620 Wetzikon

info.we@gmos.ch
klubschule.ch

