



GESUNDES  
MOORBAD HARBACH



# TANZ DICH FIT

## Tanz-Sessions zum Trainieren von Ausdauer und Koordination

Tanzen ist ein effektiver und gesundheitsfördernder Sport, stärkt den Körper und wirkt sich positiv auf die mentale Gesundheit aus.

Unabhängig von Alter und Fitnesslevel kannst du jederzeit starten!

### WANN:

ab **02. Oktober 2024** jeweils am Mittwoch von **18.00 bis 19.00 Uhr**

### WO:

Turnsaal Volksschule Moorbad Harbach 41

### INFO:

Bitte Wassertrinkflasche und Turnmatte mitbringen! Im Turnsaal dürfen **AUSNAHMSLOS** Schuhe mit heller Sohle getragen werden!

### ANMELDUNG:

bei Marina Fürst unter **0680 300 63 27**

**KOSTEN:** **50 Euro** für den 10-er Block

Die erste Stunde zum Schnuppern ist **GRATIS**.  
Das heißt es werden insgesamt 11 Einheiten stattfinden.

Zusätzlich sind **10 Euro Mitgliedsbeitrag** pro Schuljahr für die **Fitnessunion-Waldviertel** zu bezahlen (entfällt, wenn bereits eine Mitgliedschaft besteht).



**Das Angebot findet nur statt, wenn sich MINDESTENS 10 Personen anmelden.**

**Ich freu mich Euer Kommen**

**Marina Fürst – Fitnessunion Waldviertel**