



# **„Von Boogie bis Tango“ Hobby TANZEN**

**Wir trainieren ab 11. April 2010  
jeden Sonntag von 18:00 bis 20:00 Uhr  
im Turnsaal der Hauptschule St. Peter/Au.**

**Die nächsten Trainingstermine:**

**11. / 18. / 25. April 2010**

**2. / 9. / 16. / 23. / 30. Mai 2010**

**6. / 13. / 20. / 27. Juni 2010**

**4. / 11. / 18. / 25. Juli 2010**

Wir tanzen

**Boogie Woogie/Rock'n'Roll, Langsamer Walzer, Slowfox,  
Tango, Quickstep, Wiener Walzer, Rumba, ChaChaCha,  
Jive, Samba, Paso Doble, Salsa/Mambo, Discofox  
und Tango Argentino.**

Interessierte Paare mit etwas Tanzerfahrung  
und viel Tanzbegeisterung,  
sind zum Mitmachen herzlich willkommen.

**Der Turnsaal darf nur in Tanzschuhen betreten werden!**

Weitere Informationen:  
Maria & Thomas Gnedt  
Tel. 0680/2049212

# „Von Boogie bis Tango“ Hobby TANZEN

## Tanzen ist ...

- ... abwechslungsreiches Koordinations- und Konzentrationstraining.
- ... gleichmäßige Herz-Kreislauf- und Muskelstärkung.
- ... optimales Körperbeherrschungstraining  
gutes Ausdauertraining.
- ... gute Schnelligkeitsschulung,  
je nach Tanztempo.
- ... intensive Gedächtnisschulung beim Üben  
von Schrittkombinationen und Figurenfolgen.
- ... Alltagsstressabbau und Stimmungsmacher.

**Bewegung im Takt hält Gehirn und Körper fit!**

Tanzen ist eine Sportart, die den Anforderungen eines Gesundheitstrainings absolut gerecht wird.