

Step-Aerobic für Anfänger

Volmarstein. Step-Aerobic für Anfänger bietet jetzt der TV Volmarstein an - ab dem 15. April vier mal donnerstags von 19 bis 20 Uhr in der Turnhalle Köhlerwaldstraße. Die Vermittlung der Step-Grundschritte und deren Bezeichnung bilden den Schwerpunkt in diesem Workshop. Die Teilnehmer werden Schrittkombinationen aus den gelernten Schritten zu einer Choreographie zusammenführen. Gleichzeitig werden auch Ausdauer und Kraft trainiert. Anmeldung bei Karin Reimann, ☎ (0 23 35) 67 89.