Die Termine für 2019:

Bokwa™ der neueste Fitness-Trend aus Amerika, einfache zu erlernende Schrittfolgen, keine Choreografien.
Generell für Fitness-Anfänger ist Bokwa™ zu empfehlen. Nach einer energiegeladenen Stunde, die du mit deiner Intensität steigern kannst, kannst du bis zu 1200 Kalorien verbrennen. „If you can move and you can spell, YOU CAN DO Bokwa™

Donnerstags vom 24.10. – 19.12.
19:15 – 20:15 Uhr, Tanzzentrum Beuss, Goethestr.1

Beitrag des Kurses:
- **Vereinsmitglieder: 16,00 €**
- **Kurzmitgliedschaft: 40,00 €**

Rückfragen bei Jutta Böhm
Tel.: 0171/2100038
E-Mail: tsa.tvjahn@t-online.de

ACHTUNG! Am 31.10. findet kein Bokwa statt

Die Anmeldung und Bezahlung erfolgt über den Link https://tvjahn-delmenhorst.pw-cloud.de