

Die Termine für 2018:

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 18.10. – 13.12.

19:15 – 20:15 Uhr, Tanzzentrum Beuss, Goethestr.1

Beitrag des Kurses:

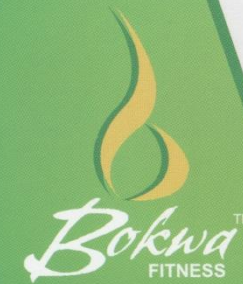
- Vereinsmitglieder: 18,00 €
- Kurzmitgliedschaft: 45,00 €

Rückfragen bei Jutta Böhm

Tel.: 0171/2100038

E-Mail: tsa.tvjahn@t-online.de

**Achtung! Neu! Anmeldung und Bezahlung über den Link
<https://tvjahn-delmenhorst.pw-cloud.de>**



Claudia Müller-Wening
Bokwa Fitness Instructor

Zur Pferdeweide 21 a
27777 Ganderkesee
0177-2335874
fam.mueller-wening@web.de
www.bokwafitness.com

**SWEAT THE ALPHABET™
AND DANCE THE DIGITS**