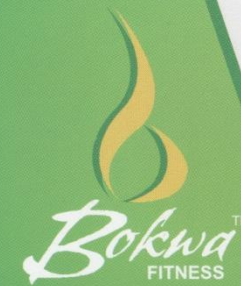


# Die Termine für 2017:

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™



Claudia Müller-Wening  
Bokwa Fitness Instructor

Zur Pferdeweide 21 a  
27777 Ganderkesee  
0177-2335874  
fam.mueller-wening@web.de  
[www.bokwafitness.com](http://www.bokwafitness.com)

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

**Donnerstags (19.10. – 14.12.) :**  
19.15 – 20.15 Uhr

## Beitrag des Kurses

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

**Anmeldung bei Jutta Böhm**

**Tel.: 0171/2100038**

**E-Mail: [tsa.tvjahn@t-online.de](mailto:tsa.tvjahn@t-online.de)**

**Die Kursgebühr bitte spätestens bis zum 29. September 2017 auf folgendes Konto überweisen:**

**IBAN: DE63 1203 0000 1018 5436 19**

**Empfänger: Jutta Böhm**

**Verwendungszweck: Bitte den eigenen Vor- und Nachnamen und Bokwa™ angeben**

**Spätere Gebühreneingänge können leider nicht mehr berücksichtigt werden.**