



Salsation Fitness-Party mit Dany und Indoor-Cycling mit Kirsten am 1. Mai:

13.00 - 14.15 Uhr **Salsation Tanzparty** mit DANY

14.30 - 16.00 Uhr **Indoor Cycling** mit KIRSTEN

Come and Dance heißt es am 1. Mai im Fitnessstudio Adyton! Zu heißen lateinamerikanischen Rhythmen könnt ihr euch wieder mächtig austoben und Spaß haben beim „Tanz in den Mai“.

Dass Trainer Dany den Rhythmus im Blut hat, liegt nicht nur an seiner südamerikanischen Herkunft. Er ist ausgebildeter Trainer in der Sport- und Tanzart "Salsation", einer Mischung aus Salsa, African und Latin Dance Workout. Danach bringt euch Kirsten mit dem Indoor-Cycling noch einmal richtig auf Touren ...

Lasst euch überraschen und habt Spaß - seid dabei!



Nicht-Mitglieder des Fitnessstudios ADYTON/ Gäste: Anmeldung bitte am Empfang. Gäste sind gegen eine Gebühr von 12,- pro Kurs/ beide Kurse inklusive Wellness herzlich willkommen. Anmeldung für das Indoor- Cycling bitte am Empfang.