



COFFEE & DEEDS

Ü50 Workout

**Tanzen für Menschen ü50
Freitags, 13.00 bis 13.45h**

Anca Serban ist diplomierte Tanz- und Musik-Pädagogin.

Der Kurs Tanz Workout für Ü50 beinhaltet einfache Choreographien zu Musikstücken aus aller Welt.

Das Ziel ist Freude zu haben, der Körper fit halten, Koordination fördern und die Gehirnhälften in Einklang bringen.

Nachher kann gerne noch zusammen etwas getrunken werden im COFFEE&DEEDS.
Viel Spass und Gut Schwitz!

Gönne dir etwas Gutes!

Kurskosten: 15.- CHF pro Lektion
Bar oder Twint

Mitbringen: Getränk, Turnschuhe und
Fitnessbekleidung

Kursleitung,
Kontakt und

Anmeldung: Anca Serban
Dipl. Tanz- und Musikpädagogin
076 345 86 84
anca_serban2@yahoo.com



COFFEE&DEEDS
Altwiesenstrasse 181
8051 Zürich-Schwamendingen
www.coffee-deeds.ch
info@coffee-deeds.ch
043 539 57 11