



## Frauenturnen / Gymwelt: **BodyMind Dreams**

Titel der Lehrgangs:

Fachbereich des MNTG

Ort (PLZ, Ort, Halle)

Lehrgangsdatum

Datum Anmeldeschluss

Referent/in

**BodyMind Dreams**

Frauenturnen - Gymwelt

74731 Walldürn, Turnhalle Keimstraße

26.09.2010

10.09.2010

noch nicht bekannt

Kurzbeschreibung Themeninhalte

DTB-Tagesspecial, aus 3 unterschiedliche Welten:

- **AROHA** – sinnlich und stark – Herzkreislauf-Traning im  $\frac{3}{4}$  Takt
- **INDIAN BALANCE** – das fließende indianische Workout für Rücken, Bauch, Beine und Po, das die Sinne beflügelt
- **YOGADANCE** – Basiselemente des Yoga verknüpft mit der Leidenschaft des Tanzes

Verantwortliche/r

Margot Münig,

Oscar-Stalf-Ring 13

74731 Walldüren

Email: [Muenig.dm@gmx.de](mailto:Muenig.dm@gmx.de)