


Ballett für Erwachsene




Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die Ballett in einer ruhigen, stressfreien Atmosphäre erleben möchten – ganz ohne Leistungsdruck. Perfekt für Einsteiger:innen oder Wiedereinsteiger:innen!


 Was erwartet Sie:

Sanfte Dehn- und Balanceübungen
Grundlagen des klassischen Ballett
Körperhaltung & Beweglichkeit
Muskelaufbau

 Wer? Erwachsene mit und ohne Vorkenntnissen

 Wann? Dienstag von 19:15 bis 20:30 Uhr

 Wo? Mehrzweckraum der IGS Nordend
Treffpunkt vor Halle Ost

 Mit? Cora

 JETZT ANMELDEN UND AUSPROBIEREN!

Weitere Infos und Anmeldung unter:
kontakt@ftn-1906.de

FREIE TURNERSCHAFT NORD 1906 FRANKFURT E.V.

E-Mail: kontakt@ftn-1906.de

