

## Streetdance meets Fitness in Dresden

Bereich	Allgemeine Weiterbildung
Preis	<b>94,00 €</b> (Inkl. 19% MwSt.)
Termin	10.09.2019 - 04.02.2020 Startzeit: 18:30 Uhr
Ort	Dresden
Angebot-Nr.	01667743

### Beschreibung des Angebotes

Dieses effektive Tanz-Workout verbindet die Grundlagen urbaner Tanzstile mit dem Konzept des Fitnessstanzes, vergleichbar mit Zumba. Zu cooler Musik aus dem Bereich HipHop, R'n'B, House und Dancehall werden Choreografien erlernt, die in erster Linie Spaß machen und ganz nebenbei die Ausdauer verbessern, das Herz-Kreislaufsystem stärken und die Fettverbrennung anregen. Leichte Kraft- und Dehnübungen für den gesamten Körper runden die Unterrichtseinheit ab. Eine tänzerische Vorerfahrung ist nicht erforderlich.

103. GS/Turnhalle, Hohnsteiner Str. 8



**vhs**  
Volkshochschule  
Dresden e.V.

 [0351/254400](tel:0351/254400)

[Anbieter Infos](#)

**Ort**

**VHS Dresden**

 Annenstraße 10  
01067 Dresden  
Deutschland

  
Ulm-Galerie Dresden

 [0351/254400](tel:0351/254400)

 0351/2544025

 [post@vhs-dresden.de](mailto:post@vhs-dresden.de)

 <http://www.vhs-dresden.de>

# Angebotsmerkmale

Form	Präsenzveranstaltung
Dauer	23 Stunden
Zielgruppe	Erwachsene
Sprache	deutsch
Zugangsvoraussetzungen	Bitte mitbringen: Turnschuhe, Handtuch, Getränk Eingang über Gartentor Forststr.
Weitere Infos	<a href="#">Auf der Internetseite des Anbieters</a>

[Angebot via Autoimport aktualisiert am 22.08.2019](#)