



GESUNDES  
ARDAGGER



# Dancefit

## mit Angela Waidhofer

Dancefit ist ein Ganzkörpertraining mit unterschiedlichen Tanzmoves und Musikstilen zur Verbesserung von Ausdauer, Kraft und Koordination.



- Datum:** **Dienstags** ab  
4. Oktober 2022  
18.30 bis 19.30 Uhr  
Die Kurse werden blockmäßig (10 Einheiten) angeboten. Mindestteilnehmeranzahl 10 Personen
- Ort:** Turnsaal der Volksschule in Ardagger Stift
- Kosten:** Kosten für 10 Einheiten: € 130,--  
Schnupperstunde gratis
- Mitzubringen:** sportliche Kleidung und ein Getränk
- Anmeldung:** **Angela Waidhofer**  
Dipl. Bewegungs- und Gesundheitstrainerin  
T: 0676/331 56 78  
E: [angela.waidhofer@gmx.at](mailto:angela.waidhofer@gmx.at)

Das Gesunde Gemeinde-Team  
freut sich auf Ihre Teilnahme!

GESUNDES  
ARDAGGER

