



SG Deutsche Bank Deutschland e.V.
Frankfurt am Main

NEU: go Flam! ® - Flamenco und Fitness

Wir verwandeln den Tanzsaal in eine " **temperamentvolle Fiesta.**"

go Flam! ist eine einzigartige Mischung aus spanischem Tanz, Rhythmusbewegungen und Konditionsarbeit, bei dem viel geschwitzt wird und der Spaß im Vordergrund steht.

go Flam! ist ein **feminines, ganzheitliches Fitnesskonzept**, dass insbesondere den Ausdruck und selbstbewusste, gesunde Körperhaltung schult.

Es eignet sich für alle, die neben einem intensiven Konditionstraining auch die Passion des Flamencos spüren möchten.

Nach Abschluss dieses Workshops werden alle Teilnehmer außerdem in der Lage sein, einige Tanzbewegungen bei einer spanischen „Fiesta“ zu improvisieren.

Dieser Fitness-Workshop findet im mittleren Konditionsniveau statt und bietet allen Tanz- und Fitnessbegeisterten einen guten Einblick in go Flam!

Wann: Freitag, 23.02.2018
Uhrzeit: 17:00-18:00 Uhr
Wo: Sportzentrum Eschborn –Tanzsaal
Gebühr: Mitglieder 5,00 € / Nichtmitglieder 7,50 €

Anmeldung unter: www.db-sport.de

Bitte bequeme Sporthose, Turnschuhe und ein weites T-Shirt mitbringen.

Für Nichtmitglieder besteht kein Versicherungsschutz.

Sportgemeinschaft Deutsche Bank Deutschland e. V., Frankfurt
Stuttgarter Strasse 7, 65760 Eschborn

Rolf Vreden, 1. Vorsitzender, Matthias Baier, stellv. Vorsitzender
Deutsche Bank Frankfurt, IBAN: DE81 5007 0024 0902 4613 00, BIC DEUTDE33HAN
<http://www.db-sport.de>