



DANCE FITNESS & PILATES

**KOMBINIERE KRAFT,
FLEXIBILITÄT & RHYTHMUS!**

Mittwochs 18.30-19.30 Uhr alte Hüffersporthalle Warburg

Dance Fitness & Pilates

Energie. Balance. Spaß.

Kombiniere das Beste aus zwei Welten!

Unser einzigartiger Kurs vereint die Power von Dance Fitness mit der sanften Kräftigung des Pilates.

✨ Was dich erwartet

- einfache Choreos
- Pilates-Übungen für Stabilität & Flexibilität
- Kräftigung, Mobilisation und Körperbewusstsein
- Musik, Motivation und jede Menge gute Laune



Termine

Jeden Mittwoch 18:30 – 19:30 Uhr



Ort

Alte Hüffersporthalle, Wachtelpfad 5, Warburg

Anmeldung unter vhs-dew.de (als Kurs) oder
warburgersv.de (Mitgliedschaft)

Komm gern zum Schnuppern vorbei. Du brauchst nur bequeme Sportkleidung, eine Matte und dein Lächeln!



Zweckverband
Diemel-Egge-Weser

Warburger Sportverein e.V.

