

NEU

AROHA

NEU



Kennst
du/ibr schon
AROHA?

Beim **Glashütter SV**
gibts jetzt den
Kennenlern-Kurs
für **SIE** und **IHN!**

AROHA

- ist ein effektiver und unkomplizierter Gesundheitskurs im $\frac{3}{4}$ -Takt
- festigt Gesäß, Oberschenkel, Bauch und führt zu innerer Ausgeglichenheit
- bietet ständig wechselnde spannungsvolle und entspannende Elemente, die verborgene Energien freisetzen und der Seele ein Wohlbefinden bereiten.
- **AROHA** heißt übersetzt aus der Sprache der Maori „Liebe“ und ist ein gelenkschonender Fett- und Kolorienkiller!

-
- Kursbeginn:** 20. Januar 2022,
jeweils Donnerstag, 18.35 - 19.20 Uhr,
10 Kurstage, Mindestteilnehmerzahl 8 Personen
- Wo:** Schulsporthalle, Eingang über GSV-Parkplatz,
Poppenbütteler Str. 270, 22851 Norderstedt
- Kosten:** 30,00 € Kursgebühr (Bezahlung bis zum 1. Termin)
- Anmeldung:** p. Mail mit Kontaktdaten an: susanne.molle@gmx.de
weitere Fragen auch p. Nachricht an: 0176 8124 3307

Als Outfit sind Sportkleidung und Sportschuhe angesagt.
Denkt bitte auch an ein Getränk und ein kleines Handtuch!

*Ich freue mich
auf eure Anmeldung!*



*Eure Aroha-Instructorin
Susanne Molle*