



nia

Tanzen zur Lebensfreude

**NEU! ab 23. Mai
in Schollbrunn
Donnerstags**

Tanz - Fitness - Ausdruck - Körpererfahrung

Nia macht unheimlich Spass. Es ist ein Tanz der Sinne. Du fühlst dich achtsam und dynamisch, danach voller Energie und zugleich ausgeglichener. Die Tanzformen bestehen aus Moderndance, Jazzdance, Freedance und Elementen aus Kickboxen, Tai-Chi und Yoga. Wir tanzen barfuß.

Nia ist für jeden geeignet, es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Du bist herzlich eingeladen zu einer gratis Schnupperstunde zum Kennenlernen. Einstieg ist jederzeit möglich bei freien Plätzen.



Kurse
jeweils von 18:45 - 19:45 Uhr:
Schollbrunn - donnerstags
Esselbach - montags

Lucia
nia.marktheidenfeld@web.de
www.nia-mainfranken.de
0162 4273156