








Square Dance

Fitness pur für Körper und Geist!

Programmstart 04., Oktober 2010

-  **Gesund wie Schwimmen, Radfahren und Walken**
-  **Regelmäßiges Tanzen stärkt Herz und Kreislauf, senkt den Blutdruck und wirkt positiv auf den Cholesterinspiegel**
-  **Tanzen in Gemeinschaft fördert Wohlbefinden, hilft beim Abschalten und man tankt neue Kraft**
-  **Notwendige Konzentration sorgt für optimale Förderung des Gehirns**
-  **Geeignet für Jung und Alt**

Probieren Sie es aus!

Kostenlose Schnupperabende am 20. und 27. September, um 19.00 Uhr, im Gemeindezentrum Plankstadt.

Unser Tanzplatz:
Gemeindezentrum
Schwetzinger Str. 29
68723 Plankstadt
(Eingang durch die Tiefgarage)



Kontakt: Ilse Schätzlein 06224/54985
Mail: jschaetzlein@yahoo.de
Rainer Schmid 06205/8945
Mail: R.Schmid@crecon.org
www.sdcrn.de