



Neues Sportangebot beim TSV Herberhausen:

Hooptanz

Beim Hooptanz kreist der Hula Hoop nicht nur klassisch um die Taille, sondern auch um Arme, Beine und mehr. Das trainiert nicht nur die Beweglichkeit und Fitness sondern macht auch einfach richtig Spaß! Im Kurs lernen wir Hooptricks zu kombinieren und uns mit dem Hoop zur Musik zu bewegen.

Wann? Mittwoch 15:30-17:00 Uhr
ab dem **4.9.2024**

Wo? Kleine Gymnastikhalle

Für wen? Anfänger*innen,
Erwachsene (ab 16 bis 70+)
Hoops werden gestellt.

Kursleiterin: Anna Sperber

Anmeldungen bitte an sportwartin@tsv-herberhausen.de