

NÖILAND

mit Philipp Egli

Choreograf | Tänzer |

Instruktor für Körper
Ressourcen und
Bewegungsökonomie



NÖILAND

- eine neuartige und lustvolle Tanz-Trainingsmethode für Menschen, die sich mehr Gutes tun möchten.
- ein Fit-Programm mit Seele und Geist!
- schweisstreibend, herausfordernd, dynamisch
- ein variantenreicher Work-Out für mehr Koordination, Körpergefühl und Beweglichkeit.

Du kannst einfach dazu stossen und mitmachen: es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, ausser der Neugierde auf ein andersartiges Training - und die Vorfreude auf ein gutes Gefühl danach! Bequeme Kleidung; mit Vorteil barfuss; Trinkflasche.

Kursort: *Hottingersaal* im GZ Hottingen, Gemeindestrasse 54, 8032 Zürich

Nächste Daten: Mittwoch 3., 10., 24. Mai, 7., 28. Juni, 5., 12. Juli

Zeit: 18h30-20h45 **Kosten:** 25 CHF (Probelektion gratis!)

Mehr Infos: philippegli@me.com; m + 41 78 776 76 96