



NIA – Music Movement Magic

16. / 23. / 30. November 2018

NIA ist Tanz, Fitness und Gesundheit. Dieses von abwechslungsreicher und wunderbarer Musik begleitete Bewegungskonzept spricht Körper, Geist und Seele an. Neben verbesserter Körperhaltung und Koordination sorgt NIA auch für mentale Balance. Bei NIA folgen alle Bewegungen dem Wohlfühlprinzip, dh. die Intensität der Bewegungen passt sich den individuellen Bedürfnissen an und es wird barfuss getanzt. Das regelmässige Mittanzen bei einer NIA-Stunde hat eine positive Ausstrahlung zur Folge. **NIA ist getanzte Lebensfreude!**

- Leitung** Eveline Cornacchia, Hünenberg,
certified NIA-Teacher, www.niaeveline.ch
- Datum** 3 x Freitag, 16. und 23. und 30. November 2018
- Zeit** 18.30 – 19.30 Uhr
- Ort** Fitness Paradies, Chamerstrasse 44, 6331 Hünenberg
- Kosten** Mitglied FG CHF 54.00 Nichtmitglied CHF 60.00
Das Kursgeld wird bar am 1. Abend eingezogen.
- Anmeldung** bis Montag, 05. November 2018
- Kontakt** Eveline Cornacchia, 076 569 03 08, eveline@niaeveline.ch
- Achtung** Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

