



**gZ**  
★  
**in der**  
**au**

## Afro Dance Fitness

Dieses Fitnessprogramm stärkt die Mitte, ist kräftigend, formend und macht einfach Spass! Mit tänzerischen Bewegungen zu afrikanischen Rhythmen wird Fett verbrannt und die Faszien werden trainiert.



Christian Ogou kommt aus der Elfenbeinküste. Er ist als afro-zeitgenössischer Tänzer, Tanzpädagoge und Choreograph aktiv.

**Datum/Zeit** Freitag, 17. Mai bis 12. Juli 2024, 9.00 bis 10.15 (9x)

**Kursort** GZ in der Au

**Kursleitung** Christian Ogou, Tänzer und Tanzpädagoge

**Kurskosten** CHF 225.00

**Anmeldung** GZ in der Au

In der Au 1, 8604 Volketswil, Tel. 044 910 20 70,  
[gemzen@volketswil.ch](mailto:gemzen@volketswil.ch), [www.volketswil.ch/kursprogramm](http://www.volketswil.ch/kursprogramm)

**VOLKETSWIL**

DAS SIND WIR