

Ballettschule Groenendyk

Jetzt neu bei uns!



PI-BA

Das neue Pilates Ballett Ausdauertraining!!!!

Wir vereinen Pilates, Ballett und Fitness in einem Training!!!

Wollten Sie sich immer schon mal grazil und anmutig wie eine Tänzerin fühlen, gleichzeitig Ihren Körper straffen, mehr Kraft und Ausdauer bekommen?

Dann ist **PI-BA** genau das richtige für Sie denn hier haben Sie in einem Training gleich alles drin.

Wir kombinieren Pilates mit klassischen Ballett Übungen an der Stange und Fittesselementen in einem Training.

In einer Stunde trainieren wir gezielt an Ihrer Balance, Fettverbrennung, Ausdauer und Kraft.

Gleichzeitig lernen Sie schon die ersten Grundelemente aus dem klassischen Ballett.

PI-BA ist für jedermann geeignet, für Jung und Alt hier findet jeder seine persönliche Herausforderung.

Vorkenntnisse jeglicher Form sind nicht nötig und keine Voraussetzung für den Kurs. Jeder kann **PI-BA** machen!

