

## **barre concept**<sup>®</sup> - das tänzerische Workout an der Ballettstange

**neu ab Februar 2018 im Angebot!**

- ✓ funktionelles Ganzkörpertraining für einen straffen und trainierten Körper
- ✓ optimale Mischung aus Ausdauersport und Muskeltraining
- ✓ Schulung der Koordination und Verbesserung der Beweglichkeit
- ✓ effektives, abwechslungsreiches Workout mit ästhetischem Anspruch

Montag 10:00 - 11:00 Uhr

Donnerstag 19:00 - 20:00 Uhr, 20:10 - 21:10 Uhr

Samstag 11:15 - 12:30 Uhr, 14-täglich in den geraden Kalenderwochen

Anmeldung für eine kostenlose Probelektion an 079 578 69 13 oder [info@ballettschule-amiet.ch](mailto:info@ballettschule-amiet.ch)



Unterstützt durch die



**Basellandschaftliche  
Kantonalbank**