

# Let's Dance – eine Institution in Sachen Tanz und Fitness

## „Dance Day“ – Tag der offenen Tür am 23. Januar – Neue Angebote für Frauen am Vormittag

**Varel.** In den vergangenen 20 Jahren hat es Ineke Robbers durch ein professionelles Konzept geschafft, zum einen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene Tanz auf hohem Niveau zu unterrichten und zum zweiten ihr Groupfitness-Studio so aufzubauen, dass es regional zum größten seiner Art wurde. Alle Altersgruppen von drei bis 80 Jahren haben hier Möglichkeiten gefunden, sich auf Großstadtniveau unterrichten zu lassen.

Um jungen Mädchen und Frauen während der Schule sowie der Ausbildung ein bezahlbares Fitnessprogramm zu bieten, konzipierte Ineke Robbers ein besonderes Angebot, das äußerst abwechslungsreich ist, viel Spaß macht, fit hält und bezahlbar ist – ohne lange Verträge und Aufnahmegebühr. Die Inhalte des Programms umfassen Ausdauertraining, Krafttraining, Dehnungs- und Spannungstraining und vieles mehr. Unterstützt wird



Ineke Robbers von ihrem Team aus Tanzpädagoginnen, Sportlehrerinnen und Physiotherapeuten sowie auch von Schulen, Ärzten und Eltern, die dieses Gesundheitsprogramm empfehlen und als Prävention sehen.

So ist es möglich, täglich zu verschiedenen Zeiten (siehe Stundenplan unter [www.letsdance-varel.de](http://www.letsdance-varel.de)) im Studio zu trainieren. Die Möglichkeiten reichen von Fatburner über Rückenpower bis Power-

Yoga, von Step-Aerobic bis Pilates, von Bodystyling, Zumba und jetzt ganz neu bis zum Ballett am Vormittag sowie Line-Dance (nicht zu verwechseln mit Square Dance). Es wird gemeinsam in der Gruppe getanzt, in Reihen und Kreisen zu einfachen Schritten. Studio-Inhaberin Ineke Robbers hat mehrere Fortbildungen besucht und wird ab 10. Februar, jeweils mittwochs um 11 und 15 Uhr einen Kurs leiten. Anmeldungen sind ab jetzt möglich.

Eine dauerhafte Einrichtung bei Let's Dance ist der Kurs Ballett für Frauen, immer dienstags um 11 Uhr oder montags um 20 Uhr, sowie Yoga am Montag um 19 Uhr. Alles hält fit und geschmeidig, macht Spaß und bringt Bewegung ins Leben.

Der „Dance Day“ am **Samstag, 23. Januar**, bildet den Anfang, um das Jubiläumsjahr zum 20-jährigen Bestehen einzuleiten. Alle Tanzgruppen zeigen ab 11 Uhr ihren aktuellen Trainingsstand und Vorführungen runden den Tag ab. Außerdem gibt es eine Cafeteria mit Kaffee und Kuchen, deren Erlös der Hospizbewegung Varel zugute kommen wird.

Zu finden ist das Studio in der Bahnhofstraße 45. Große Glasfronten gewähren Einblicke in das Unterrichts- und Probengeschehen, so dass es möglich ist, ganz unverbindlich rein zu schauen, um sich selbst ein Bild zu machen.

Nähere Informationen auch unter ☎ 04451/862206.