

Mein Latin Dance Workout - Spaß Haben Und Abnehmen



Filesize: 2.37 MB

Reviews

This ebook is very gripping and fascinating. Sure, it is engage in, nevertheless an amazing and interesting literature. It is extremely difficult to leave it before concluding, once you begin to read the book.

(Ms. Ora Buckridge)

MEIN LATIN DANCE WORKOUT - SPAßSZLIG; HABEN UND ABNEHMEN



Lighthouse Home Entertainment & Co Mai 2012, 2012. DVD. Condition: Neu. Neuware - So leicht war Trainieren noch nie: Tanzen zu heißen Rhythmen, Spaß haben und nebenbei richtig effektiv den ganzen Körper formen. Die lateinamerikanischen Moves reißen dich einfach mit da kommt die Motivation von ganz alleine. Für dieses Workout brauchst du keine Geräte, nur dich selbst. Programm an. Musik ab. Die gute Laune kommt sofort, der positive Effekt auf Körper und Seele folgt sogleich. Personal Trainerin Francielly Alves ist in Brasilien geboren und hat den lateinamerikanischen Rhythmus im Blut. Die Fitness-Spezialistin hat ein einzigartiges Latin Dance Workout für zuhause entwickelt: einen Mix aus Merengue, Salsa, brasilianischem Samba und Bachata. Tanz und Fitness vereint sie in vier abwechslungsreichen, 20-minütigen Dance Workouts. Als Bonus gibt es einen einstündigen Mix aller Tanzstile. Energiegeladen und voller brasilianischem Feuer präsentieren Francielly Alves und ihrer kleinen Schwester Itanielly die Programme. Die Figur wird geformt und dein Herz-Kreislauf-System kommt auf Touren. Dadurch verlierst du schnell an Gewicht und bekommst dabei auch noch gute Laune. Denn die Latino-Moves sind gut für dein Selbstbewusstsein. Sie geben dir ein neues Körpergefühl: sexy, beweglich und energiegeladen. Die Grundschrte für jeden Tanzstil werden in einer Einleitung ausführlich erklärt und vorgeführt, sodass du sofort mitmachen kannst, auch wenn du noch keine Erfahrung hast. Feier dich fit! Deutsch.



[Read Mein Latin Dance Workout - Spaß Haben Und Abnehmen Online](#)



[Download PDF Mein Latin Dance Workout - Spaß Haben Und Abnehmen](#)

You May Also Like



Psychologisches Testverfahren

Reference Series Books LLC Nov 2011, 2011. Taschenbuch. Book Condition: Neu. 249x191x7 mm. This item is printed on demand - Print on Demand Neuware - Quelle: Wikipedia. Seiten: 100. Kapitel: Myers-Briggs-Typindikator, Keirsey Temperament Sorter, DISG,...

[Read](#) [ePub](#)

»



Programming in D

Ali Cehreli Dez 2015, 2015. Buch. Book Condition: Neu. 264x182x53 mm. This item is printed on demand - Print on Demand Neuware - The main aim of this book is to teach D to readers...

[Read](#) [ePub](#)

»



Have You Locked the Castle Gate?

Addison-Wesley Professional. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Is your computer safe Could an intruder sneak in and steal...

[Read](#) [ePub](#)

»



YJ] New primary school language learning counseling language book of knowledge [Genuine Specials(Chinese Edition)

paperback. Book Condition: New. Ship out in 2 business day, And Fast shipping, Free Tracking number will be provided after the shipment.Paperback. Pub Date :2011-03-01 Pages: 752 Publisher: Jilin University Shop Books All the new...

[Read](#) [ePub](#)

»



Goodparents.com: What Every Good Parent Should Know About the Internet (Hardback)

Prometheus Books, United States, 2000. Hardback. Book Condition: New. 226 x 152 mm. Language: English . Brand New Book. The Internet may now be the most powerful, single source of information in the world, and...

[Read](#) [ePub](#)

»