



NURA



IHR TANZSTUDIO FÜR GESUNDE BEWEGUNG

Anzengruberstraße 6, 4050 Traun / Stadtteil St. Martin

Mobil: 0664 16 49 518, E-Mail: info@nura-tanz.at

www.nura-tanz.at



Claudia P., Traun

„Nuras Fitnessstraining ist ein super Workout - das Beste für Tanz, rhythmische Bewegung und Ausdauer! 590 verbrannte Kalorien pro Stunde – einfach Spitze!“



Dr. Sabine K., Leonding

„Mein ideales Ganzkörpertraining: Muskeln werden gestärkt, Verspannungen gelöst!“



OA Dr. Ulrike L., Leonding
„Hervorragendes Beckenbodentraining und vor allem wertschätzender Umgang miteinander!“



Mag. Eva T., Traun
„Bessere Kondition, besseres Gleichgewicht, ideale Ausdrucksmöglichkeiten, gut durchdachter Kursaufbau!“



Du suchst positive Veränderung im Neuen Jahr?

Dann tanze in Dein neues Leben!

Energie, Freude und Beweglichkeit durch das von NURA entwickelte Tanztraining. Hunderte zufriedene TeilnehmerInnen sind der Beweis dafür: NURAS Tanztraining ist Balsam für Körper und Seele!

Kostenloses Probetraining

am **Freitag, 11. Jänner 2019**
für Anfängerinnen **OHNE** Vorkenntnisse
in **JEDEM** Alter!

Großer KENNENLERNTAG
für Interessentinnen und Teilnehmerinnen
am

Samstag, 12. Jänner 2019

(siehe Rückseite)

Herzlich willkommen!



Mag. Dr. Isis I., Linz
„Viel besseres Körpergefühl, entspannende Atmosphäre und keine Rückenschmerzen mehr!“

Für das Beste ist kein Weg zu weit.

Bringe im schönsten Studio Schwung und Bewegung in Dein Leben.

Zentrale Lage an der B1 – mit Auto und Öffis gut erreichbar.

„Mein Studio mit Atmosphäre“

abschalten – entspannen – genießen



Herzliche Wohlfühlatmosphäre
mit Kerzenlicht und Düften.
Komm in meine Welt
und lass den Alltag hinter dir!

Doppeljubiläum von NURA:
35 Jahre Tänzerin und
30 Jahre Tanzunterricht
in Österreich

Tanzen ist Freiheit in Bewegung

Mit dem von mir entwickelten Tanztraining

- verbesserst Du Beweglichkeit, Ausdauer und Körperhaltung
- stärkst und kräftigst Du Deine Muskeln
- hältst Du Deine Gelenke fit
- kannst Du Rücken- und Regelschmerzen lindern*
- und Wechselbeschwerden entgegenwirken*
- förderst du Deine Koordination und Konzentration
- kannst Du Deine Kreativität und Deine Weiblichkeit in der Bewegung entfalten und genießen (KEINE Choreografien, sondern eigenständiger Tanz!)
- verbesserst Du Dein Selbstbewusstsein
- gelangst Du zu mehr innerer Ruhe
- und steigerst Deine Lebensfreude!

* NURAS Tanztraining ersetzt keine ärztliche Behandlung oder Therapie.



Eine hervorragende Gelegenheit,
die wohltuenden Wirkungen des
von mir entwickelten Tanz- und
Bewegungstrainings, mein Studio
und mich kennenzulernen!

Einfach anmelden und probieren
– ich freue mich auf Dich – gerne
auch mit Freundinnen!

Neueinstieg für Anfängerinnen
OHNE Vorkenntnisse
JEDER Alterstufe:

Basiskurs „Tanzfreude und
gesunde Bewegung“

ab Dienstag, 26. Februar 2019

Mehr Info auf www.nura-tanz.at; Gesamtprogramm und
Gesundheitsbroschüre sende ich auf Anfrage gerne kostenlos und
unverbindlich zu – einfach per E-Mail oder telefonisch anfordern!

Komm und probier's einfach aus:
Kostenloses **PROBETRAINING** für
Anfängerinnen in JEDEM Alter

Freitag, 11. Jänner 2019 von 19.00 - 21.30
und

Großer **KENNENLERTAG** für Interessentinnen
und Teilnehmerinnen – mit Mitmachprogramm,
interessanten Tanzstudio-Neuigkeiten und tollen
Showeinlagen von NURA, JAMIL & NURA Dancers!
Samstag, 12. Jänner 2019, ab 14.00 Uhr
Show-Gast: Percussionmeister Gerhard Reiter
Anmeldung per Telefon od. E-Mail erbeten.



Tanzstudio NURA/Nura Stockinger, Anzengruberstr. 6, 4050 Traun/Stadtteil St. Martin
Mobil: 0664/16 49 518, Homepage: www.nura-tanz.at E-Mail: info@nura-tanz.at
(Zentrale Lage an der B1, mit Auto und Öffis gut erreichbar; gute Parkmöglichkeiten in Studionähe)

Halte Dich im schönsten Studio **GESUND – VITAL – FIT**