**Ressort: Entertaiment**

# Anne Hathaway hält sich mit Tanzen fit

Los Angeles, 26.11.2012, 07:57 Uhr

**GDN -** Die US-Schauspielerin Anne Hathaway hält sich mit Tanzen fit. Dies verriet ihre Personal Trainerin "FemaleFirst".

"Anne Hathaway liebt es zu tanzen, weil sie das überall machen kann", sagte ihre Fitnesstrainerin Simone de la Rue. Die Personal Trainerin empfiehlt diese Trainingsmethode in den eigenen vier Wänden. "Es ist eine einfache Möglichkeit, um die Herzfrequenz zu erhöhen und die Muskeln zum Arbeiten zu animieren." Gleichzeitig rät die Fitnessexpertin Frauen, mit dem Training nicht zu übertreiben. "Ich erschrecke, wenn ich Menschen sehe, die versuchen, 1.000 Sit-ups am Stück zu schaffen", so de la Rue. Sie empfiehlt, mit einem 20-minütigen Cardiotraining zu beginnen und im Anschluss daran die jeweiligen Problemzonen in Form zu bringen.

**Bericht online:**
https://www.germandailynews.com/bericht-3036/anne-hathaway-haelt-sich-mit-tanzen-fit.html

**Redaktion und Veranwortlichkeit:**
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

**Haftungsausschluss:**
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

**Editorial program service of General News Agency:**
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619