

241-K30253 Zumba®-Fitness für Einsteiger

Beginn	Freitag, 15.03.2024, 18:15 - 19:15 Uhr
Kursgebühr	48,00 €
Dauer	8 Termine
Kursleitung	Theresa Romero
Informationen	Bitte mitbringen: Sportschuhe und Getränk, ggf. kleines Handtuch
Kursort	G 4, Langgasse 17, 97753 Karlstadt

Folgekurs zum Schnupperangebot.
Zumba® ist ein effektiver Sport der gleichzeitig sehr viel Spaß macht. Man bewegt sich in verschiedenen Choreografien auf lateinamerikanische und internationale Musik. Dabei wird die Ausdauer trainiert und alle Muskelgruppen beansprucht. Aber auch die Koordinationsfähigkeit und das Gedächtnis werden gefördert. Und das Beste ist, Du kannst dabei die Intensität selbst bestimmen. Sei auch Du dabei, bleibe sportlich aktiv und fit mit viel Spaß! Ich freue mich auf dich!

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
15.03.2024	18:15 - 19:15 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
22.03.2024	18:15 - 19:15 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
12.04.2024	18:15 - 19:15 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
19.04.2024	18:15 - 19:15 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
26.04.2024	18:15 - 19:15 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
03.05.2024	18:15 - 19:15 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
10.05.2024	18:15 - 19:15 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
17.05.2024	18:15 - 19:15 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG

[zur Kursdetail-Seite](#)