



Neuer Kurs



ZUMBA FITNESS

Zumba® Fitness ist ein abwechslungsreiches Workout für den ganzen Körper, um Kalorien zu verbrennen, die Muskeln zu stärken und Spaß zu haben. Wir bewegen uns zu lateinamerikanischen Rhythmen wie Merengue und Salsa. Schrittweise lernen wir die Bewegungen, die wiederholt und intensiviert werden. Da keine Vorkenntnisse erforderlich sind, eignet sich der Kurs hervorragend für Anfänger.

Beginn: Mittwoch, den 11. April 18:15 bis 19:15

9 Termine: April: 11. / 18. / 25.
Mai: 2. / 16. / 23. / 30.
Juni: 6. / 13.

Leitung: Vibeke Holmbøge Pedersen

Gebühren: Mitglieder 23 Euro (SCE und TSV Schapen)
Nichtmitglieder 59 Euro

Anmeldung: vibeke.pedersen@scegliesmarode.de
oder
michael.mrowietz@scegliesmarode.de 0151 - 5528 4488

Die Teilnehmerzahl ist auf 14 Personen begrenzt.
Teilnehmer des letzten Kurses haben Vorrang.