



ZUMBA



Neuer Kurs: April - Juni

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 24. April 18:15 bis 19:15

8 Termine:
April: 24.
Mai: 8. / 15. / 22. / 29.
Juni: 5. / 12. / 19.

Ort: Vereinsheim SCE Gliesmarode (Turnhalle), Jahnzimmer

Leitung: Vibeke Holmbøge Pedersen

Gebühren: Mitglieder 20 Euro (SCE und TSV Schapen)
Nichtmitglieder 52 Euro

Anmeldung: vibeke.pedersen@scegliesmarode.de
oder
Michael.mrowietz@scegliesmarode.de 01515 - 528 4488

Teilnehmerzahl: mindestens 6, maximal 14.
Teilnehmer des letzten Kurses haben Vorrang.