

# Zumba®

Kursnummer	252R366012
Beginn	Dienstag, 02.09.2025, 19:15 - 20:15 Uhr
Dauer	14 Termin(e)
Ort	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle, Brüggener Str. 1, 50969 Köln
Lehrkraft	Thomas Wiza
Kursentgelt	96,00 €

Zumba® ist ein tänzerisches Fitnessstraining zu lateinamerikanischen Rhythmen. Mit Leichtigkeit und Spaß bringt Zumba® den Körper in Form, kräftigt das Herz, strafft die Muskeln, fördert die Koordination und den Endorphinausstoß. Die Choreografien zu erlernen schult nicht nur körperlich, sondern auch die geistige Flexibilität. In allen Kursen wird Wert auf die genaue Ausführung gelegt, stets orientiert am Niveau der Gruppe und gegebenenfalls individuell angepasst. Bitte Turnschuhe und Wasser mitbringen.

## Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
02.09.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
09.09.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
16.09.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
23.09.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
30.09.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
07.10.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
28.10.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
04.11.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
11.11.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
18.11.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
25.11.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
02.12.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
09.12.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle
16.12.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Turnhalle

[zur Kursdetail-Seite](#)