Zumba®

Kursnummer 26L366127

Beginn Donnerstag, 10.09.2026, 18:00 - 19:00 Uhr

Dauer 11 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10

Dozent Kornelia Derbort

Kursentgelt 103,00 €

Zumba® ist ein tänzerisches Fitnesstraining 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
10.09.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
17.09.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
24.09.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
01.10.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
08.10.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
15.10.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
12.11.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
19.11.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
26.11.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
03.12.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10
10.12.2026	18:00 - 19:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.10

zur Kursdetail-Seite