

# Zumba® Schnupperkurs in Mülheim

---

Kursnummer 26W366026

---

Beginn Samstag, 14.03.2026, 15:30 - 17:00 Uhr

---

Dauer 1 Termin(e)

---

Ort VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402

---

Dozent Stania Nesrat Alo

---

Kursentgelt 14,00 €

---

Zumba Fitness ist eine tänzerische Fitness 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. Das Motto ist: Fun & easy to do. Sie brauchen keine Vorkenntnisse, nur Spaß an tänzerischen Bewegungen zu heißen Rhythmen. Bitte Turnschuhe und Wasser mitbringen.

## Kurstermine

---

**Datum Uhrzeit Ort**

---

14.03.2026 15:30 - 17:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402

---

[zur Kursdetail-Seite](#)

---

# Zumba® Schnupperkurs in Mülheim

---

Kursnummer 26W366026

---

Beginn Samstag, 14.03.2026, 15:30 - 17:00 Uhr

---

Dauer 1 Termin(e)

---

Ort VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402

---

Dozent Stania Nesrat Alo

---

Kursentgelt 14,00 €

---

[zur Kursdetail-Seite](#)