

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](#)