

Zumba®

Kursnummer 26W366027

Beginn Dienstag, 15.09.2026, 17:30 - 18:30 Uhr

Dauer 11 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

Dozent Hanna Sophie Holler

Kursentgelt 118,00 €

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

15.09.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

22.09.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

29.09.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

06.10.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

13.10.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

03.11.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

10.11.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

17.11.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

24.11.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

01.12.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

08.12.2026 17:30 - 18:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 402

[zur Kursdetail-Seite](#)