

Zumba®

Kursnummer 26Z366019

Beginn Freitag, 17.04.2026, 17:00 - 18:00 Uhr

Dauer 12 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, 316

Dozent Jasmin Saft

Kursentgelt 112,00 €

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

17.04.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

24.04.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

08.05.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

15.05.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

22.05.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

29.05.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

05.06.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

12.06.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

19.06.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

26.06.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

03.07.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

10.07.2026 17:00 - 18:00 Uhr VHS Studienhaus, 316

[zur Kursdetail-Seite](#)