

Zumba®

Kursnummer 26Z3660210

Beginn Donnerstag, 01.10.2026, 18:30 - 19:30 Uhr

Dauer 9 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, Raum 503

Dozent Reginaldo Scheurich-Martinez

Kursentgelt 84,00 €

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

01.10.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

08.10.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

15.10.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

05.11.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

12.11.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

19.11.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

26.11.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

03.12.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

10.12.2026 18:30 - 19:30 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

[zur Kursdetail-Seite](#)