DANCE NOW! - Zumba®

Kursnummer 27L3660205

Beginn Samstag, 23.01.2027, 14:00 - 14:45 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

Dozent Jasmin Saft

Kursentgelt 7,00 €

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.

DANCE NOW!

Am 23. **Januar 2027** von 10-17 Uhr in der VHS Lindenthal

15 verschiedene Kurse stellen sich vor!

Geben Sie im Suchfeld DANCE NOW ein, dann finden Sie alle Kurse an dem Tag.

Jede Schnupperstunde dauert **45 Minuten** und startet immer zu jeder vollen Stunde.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
23.01.2027	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

zur Kursdetail-Seite