Zumba®

Kursnummer 27Z366031

Beginn Donnerstag, 28.01.2027, 17:30 - 18:30 Uhr

Dauer 7 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, Raum 503

Dozent Reginaldo Scheurich-Martinez

Kursentgelt 66,00 €

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
28.01.2027	17:30 - 18:30 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 503
11.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 503
18.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 503
25.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 503
04.03.2027	17:30 - 18:30 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 503
11.03.2027	17:30 - 18:30 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 503
18.03.2027	17:30 - 18:30 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 503

zur Kursdetail-Seite