27-7502 Zumba® Gold - Einsteiger Mit Spaß und Musik in Bewegung bleiben!

Entgelt	25,00 €
Dauer	5x
Kursleitung	Imee Querney
Bemerkungen	Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung, geeignete Hallenschuhe und etwas zu trinken.
Kursort	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Jahnstraße 16, 90522 Oberasbach

Sie lieben Musik und möchten sich auf angenehme Weise fit halten? Dann ist Zumba Gold genau das Richtige für Sie! Zumba Gold verbindet mitreißende Rhythmen mit einfachen, gelenkschonenden Tanzbewegungen. Dabei werden Ausdauer, Koordination und Gleichgewicht trainiert. Das Tempo ist angepasst, sodass jeder in seinem eigenen Rhythmus mitmachen kann.
Für wen: Einsteiger, ältere Erwachsene und alle, die Freude an sanfter Bewegung haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Kommen Sie vorbei und erleben Sie, wie viel Spaß Bewegung zur Musik machen kann!

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
11.01.2027	10:00 - 11:00 Uhr	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Jahnstr. 16
18.01.2027	10:00 - 11:00 Uhr	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Jahnstr. 16
25.01.2027	10:00 - 11:00 Uhr	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Jahnstr. 16
01.02.2027	10:00 - 11:00 Uhr	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Jahnstr. 16
15.02.2027	10:00 - 11:00 Uhr	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Jahnstr. 16

zur Kursdetail-Seite