



12 Wochenkurs

Start: Montag, 19.09.2022

ab 4-jährige 15.30 Uhr bis 16.15 Uhr

ab 8-jährige 16.45 Uhr bis 17.30 Uhr

Wo: Im 1. OG TG Turm in Laudenbach (Elekerstrasse)



Beim Zumba Fitness wird das Herz-Kreislauf-System durch lateinamerikanische Musik ordentlich auf Touren gebracht. Die variantenreichen Dance-Moves schulen aber auch die Koordination und kräftigen alle großen Muskelgruppen des Körpers.

12 Wochenkurs

Start: Dienstag, 20.09.2022 um 20.10 Uhr

Wo: In der TG Halle in Laudenbach (Elekerstrasse)

12 Wochenkurs für Anfänger, Schwangere und aktive ältere Erwachsene.

Der Kurs enthält einfache Zumba Choreografien, die sich vorrangig auf die Verbesserung von Gleichgewicht, Bewegungsumfang und Koordination konzentrieren.

Start: Mittwoch, 21.09.2022 um 10.00 Uhr

Achtung neuer Ort Wo: Im Spiegelsaal am Sportplatz
(Gegenüber der Bergstraßenhalle in Laudenbach)

Anmeldung bei Zumba Trainerin Tina Schröder

www.tg-laudenbach.de oder 015759600344