

NEUES KURSANGEBOT



- das schweißtreibende
Tanzworkout...!

ZUMBA® ist das ziemlich coolste Workout überhaupt!

Abtanzen zu toller Musik mit netten Leuten und dabei noch eine Menge Kalorien verbrennen, ohne dass man es überhaupt merkt!

Lateinamerikanische Rhythmen und die neuesten Tracks machen jeden Zumba®-Kurs zu einer Party und ermöglichen es dir, für eine Stunde den Alltagsstress zu vergessen. Ein Ganzkörper-Training, das sich nicht wie ein anstrengendes Workout anfühlt, weil es so viel Spaß macht. Das Zumba® Phänomen begeistert weltweit Millionen von Menschen, Jung und Alt, seit es 2001 in den USA eingeführt wurde.

- **Kursbeginn:** Montag, 05.09.2022 (kostenloses „Schnuppertraining“)
- **Kurszeiten:** montags von 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr
- **Kursdauer:** 10 x 60 Minuten
- **Ort:** Sporthalle der Glückaufschule, Weidenau
- **Kursgebühr:** 30,00 € für Nichtmitglieder
10,00 € für Vereinsmitglieder
- **Kursleiter/
Ansprechpartner:** Stefan Müller (Zumba®-Instructor)
Tel. 01578/9216325

DJK Weidenau

Vereinsanschrift: Markus Glodek | In der Hanfwiese 5 | 57250 Netphen
Internet: www.djk-weidenau.de | E-Mail: info@djk-weidenau.de