



Neuer Kurs



ZUMBA

FITNESS

Zumba® Fitness ist ein abwechslungsreiches Workout für den ganzen Körper, um Kalorien zu verbrennen, die Muskeln zu stärken und Spaß zu haben. Wir bewegen uns zu lateinamerikanischen Rhythmen wie Merengue und Salsa. Schrittweise lernen wir die Bewegungen, die wiederholt und intensiviert werden. Da keine Vorkenntnisse erforderlich sind, eignet sich der Kurs hervorragend für Anfänger.

Beginn: Mittwoch, den 23. Januar 18:15 bis 19:15

10 Termine:	Januar:	23. / 30.
	Februar:	13. / 20. / 27.
	März:	6. / 13. / 20. / 27.
	April:	3.

Ort: Vereinsheim SCE Gliesmarode (Turnhalle), Jahnzimmer

Leitung: Vibeke Holmböge Pedersen

Gebühren:	Mitglieder	25 Euro	(SCE und TSV Schapen)
	Nichtmitglieder	65 Euro	

Anmeldung: vibeke.pedersen@scegliesmarode.de
oder
Michael.mrowietz@scegliesmarode.de 01515 - 528 4488

Teilnehmerzahl: mindestens 6, maximal 14.

Teilnehmer des letzten Kurses haben Vorrang.