

# Kurstage für Kurs 241302340 (Zumba®-Fitness)

ZUMBA® ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitnessprogramm mit südamerikanischer und internationaler Musik und Tanzstilen. Aus dieser Kombination entsteht ein dynamisches, begeisterndes und effektives Fitnessstraining. Das ZUMBA®-Programm verbindet Elemente von Aerobic, Intervalltraining und Krafttraining. Somit wird Ihre Ausdauer verbessert und Ihre Figur gestrafft und geformt. Die Tanzbewegungen und -schritte sind leicht zu erlernen. Der ZUMBA®-Kurs ist für alle geeignet, da keinerlei Vorkenntnisse im Bereich Tanz erforderlich sind.

<b>Datum</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Ort</b>
08.04.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
15.04.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
22.04.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
29.04.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
06.05.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
13.05.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
03.06.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
10.06.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
17.06.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
24.06.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
01.07.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal
08.07.2024	17:40 - 18:30 Uhr	Amand-Goegg-Straße 2 - 4, Offenburg VHS 102 Saal