

Kurstage für Kurs 251302343 (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.

Datum	Uhrzeit	Ort
07.05.2025	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
14.05.2025	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
21.05.2025	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
28.05.2025	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
04.06.2025	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
25.06.2025	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
02.07.2025	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
09.07.2025	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A