

# Kurstage für Kurs 251302344 (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>
08.05.2025	17:20 - 18:10 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
15.05.2025	17:20 - 18:10 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
22.05.2025	17:20 - 18:10 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
05.06.2025	17:20 - 18:10 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
26.06.2025	17:20 - 18:10 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
03.07.2025	17:20 - 18:10 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
10.07.2025	17:20 - 18:10 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
17.07.2025	17:20 - 18:10 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A