

# Kurstage für Kurs 252302329 (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 Fitnesstraining. 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
14.01.2026	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
21.01.2026	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
28.01.2026	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
04.02.2026	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
11.02.2026	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
25.02.2026	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
04.03.2026	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
11.03.2026	17:45 - 18:35 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A