

# Kurstage für Kurs 252302331 (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
16.01.2026	18:10 - 19:00 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
23.01.2026	18:10 - 19:00 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
30.01.2026	18:10 - 19:00 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
20.02.2026	18:10 - 19:00 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
27.02.2026	18:10 - 19:00 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
06.03.2026	18:10 - 19:00 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
13.03.2026	18:10 - 19:00 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
20.03.2026 Z	18:10 - 19:00 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A