



TeilnehmerInnen? Damen und Herren jeden Alters...

Was passiert?

Beim Zumba-Mix-Kurs handelt es sich um eine gemischte Stunde. Dabei kommen unterschiedliche **Zumba-Specials** zum Tragen. Neben Zumba-Fitness wird es Zumba-Toning (**Hanteleinsatz**), Zumba-Sentao (**Stühle**), Zumba Step (**Stepboard**) und Ring-Dance (**Pilates-Ring**) geben!

Wann und wo?

dienstags von 19.45 - 21.00 Uhr, Turnhalle Hehlen

Start: 02.11.2021

Weitere Termine: 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12. und 14.12.2021

Zumbatrainerin: Manuela Galle

Kursgebühren:

Für Nichtmitglieder beträgt die Kursgebühr **40,00 €**, **Vereinsmitglieder zahlen die Hälfte**. Wer dabei sein möchte, meldet sich bitte bis zum **15.10.2021** bei Trainerin Manuela Galle an.

(☎ 0177-3192408) oder (✉ manuela.galle@gmail.com)