



**SV Hohenlinden e.V.**  
**Freizeitsport**



**ab 15 Jahren**

# Zumba

**Das** Tanz-Fitnessprogramm, das noch immer die Welt begeistert. Die Zumba-Übungen benutzen Musik mit schnellen und langsamen Rhythmen sowie Ausdauertraining für Fitness und Gewichtsreduktion. Mit feurigen Tanzschritten, pulsierenden lateinamerikanischen und internationalen Rhythmen sowie ins Blut gehenden Abläufen bewegen Sie sich und verbrennen dabei Kalorien.

Der SV Hohenlinden e.V. bietet mit **Nadane Nikabou**, lizenzierte Zumba Instructorin, **Mittwoch von 19<sup>00</sup>h bis 20<sup>00</sup>h**, mit Beginn 23.09.2020, das beliebte Zumba® Fitness-Programm für Mitglieder und Nichtmitglieder an.

In der Schulturnhalle wird bei einem heißen Musik-Mix aus Salsa, Merengue, Calypso oder Flamenco der Körper gestrafft und gleichzeitig die Kondition verbessert.

Für Mitglieder	EUR 30,--	10 mal
Für Nichtmitglieder	EUR 45,--	10 mal

**Der Betrag ist am 23.09.2020 zu entrichten und gilt für 10 Kursstunden**

Die Trainingseinheiten finden unter strengen Hygieneauflagen statt.  
Zu finden unter: [www.svhohenlinden.de/freizeitsport/sportangebot](http://www.svhohenlinden.de/freizeitsport/sportangebot)