



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, **mittwochs von 19 bis 20 Uhr** das beliebte Zumba® Fitness-Programm für Mitglieder und Nichtmitglieder an.

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

Der nächste Kurs startet nach den Sommerferien am **Mi. 20.09.2023**.

Für Mitglieder	EUR 30,--	10 mal
Für Nichtmitglieder	EUR 50,--	10 mal

Der Betrag ist am Kursbeginn zu entrichten.

Jeder kann kostenfrei eine Stunde schnuppern. Ihr seid willkommen!