

**Jeden Mittwoch*
19:00 bis 20:00 Uhr
Schulturnhalle**



ab 15 Jahren

Das Tanz-Fitnessprogramm, das 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 19:00 bis 20:00 Uhr Zumba®** 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. Jeder kann kostenfrei eine Stunde schnuppern.

Ihr seid willkommen!

Für Mitglieder 30,- EUR / 10 mal

Für Nichtmitglieder 50,- EUR / 10 mal

Der Betrag ist am Kursbeginn zu entrichten.

*ausgenommen in den Schulferien

www.svhohenlinden.de

