



## Zumba

**De** Besuchen Sie unseren Kurs und lassen Sie sich von den Rhythmen der Musik packen.

In diesem Kurs werden Aerobic und latein-amerikanische sowie internationale Tänze kombiniert. Durch den Wechsel zwischen langsamen und schnellen Rhythmen werden Kalorien verbrannt und Beweglichkeit und Ausdauer trainiert.

Bitte Getränk mitbringen.

**Fr** *Laissez-vous emporter par les rythmes de la musique.*

*Tout en vous amusant, apprenez les chorégraphies combinant Aérobic et danses latino-américaines ou musiques du monde. Les mouvements à haute intensité mêlés aux mouvements à basse intensité activent la fonte des graisses et vous permettent d'entraîner votre mobilité et votre endurance.*

*Veillez apporter une boisson.*

**09.01. - 24.04.2025**

15 x donnerstags / *les jeudis*  
außer / *sauf* 19.03.  
und / *et* 26.03.2025



19h45 - 20h45



20.12.2024



**175,00 €**

15 Kurseinheiten / *séances*



BOURSCHEID,  
Theatersall,  
25, rue principale



FR



Claudine Wirix