

ZUMBA®

Kurs 1: Tanzworkout like Zumba®

Kurs 2: Move your Body mit Zumba®

Kurs 3: Power of Dance

Kurs 1: Die Tanzbewegungen sind vom Prinzip einfach und wiederholen sich. Spätestens nach der 3. Stunde kannst du dich den lateinamerikanischen Rhythmen hingeben und die Abfolgen in vollem Zuge genießen.

Kurs 2: Ein schweißtreibendes Workout zu heißen Rhythmen bietet Kalorienverbrennen pur.

Kurs 3: Dein Tanz-Training mit Fun-Faktor! Dieses Workout geht in Ohren und Beine und verbessert deine Ausdauer mit viel Spaß.

Die Kurse sind so aufgebaut, dass sie sowohl getrennt als auch gemeinsam gebucht werden können.

donnerstags, 20:00 – 21:00Uhr

MTV-Sportzentrum, gr. Halle, Turnerstr. 31-33. 55120 Mainz-Mombach

Kurs 1: 02.03. / 09.03. / 16.03. / 23.03. / 30.03.2023

Kurs 2: 27.04. / 04.05. / 11.05. / 25.05. / 01.06.2023

Kurs 3: 15.06. / 22.06. / 29.06. / 06.07. / 13.07.2023

Kursleitung: Heike Rothörl, lizenzierte Zumba®-Instructorin

Kosten pro Kurs: Vereinsmitglieder 20 Euro, Nichtmitglieder 43 Euro

Spare Teilnahmegebühr und buche gleich mehrere Zumba-Kurse:

Bei Buchung von **2 Kursen:** Vereinsmitglieder: 35 Euro, Nichtmitglieder: 80 Euro

Bei Buchung von **3 Kursen:** Vereinsmitglieder: 50 Euro, Nichtmitglieder: 115 Euro



Anmeldung über unsere Homepage oder über QR-Code ab sofort möglich:

www.mombacher-turnverein.de → Sportangebote → Kursangebote



Mombacher
Turnverein 1861 e. V.

Dein Sport. Dein Verein.