



<https://biz.li/2l21>

ZUMBA FITNESS IM TSG AKTIV CENTER

Veröffentlicht am 13.09.2016 um 18:47 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Tanzen, schwitzen, Rhythmus spüren! Wer beim Zumba an Musik denkt, liegt schon ganz gut: Die Mischung aus Tanz, Aerobic und Intervalltraining bringt die Figur zu latein-amerikanischen Klängen in Topform. Zumba kreiert eine Partyatmosphäre, die (Nicht)Tänzer, Anfänger und auch schüchterne Menschen animiert, an diesem tollen Gruppen-Workout teilzunehmen. Tänzer wie auch Nicht-Tänzer können dem Zumba-Workout sofort und einfach folgen. Die Teilnehmer fühlen sich wohl, weil sie einfach mitmachen und die Party genießen können. Zumba ist alles: Zumba Fitness – Zumba Workout – Zumba Party. In 60 Minuten abschalten zu können und einfach nur Spaß an der Bewegung und an der Musik zu haben ist das Ziel einer jeden Stunde. Klassische Fitnessübungen werden mit latein-amerikanischen Tanzbewegungen verbunden und so entsteht eine tolle Mischung aus einem kräftigen Fitnesstraining und einer mitreißenden Tanzstunde. Der Workshop beginnt am 6. Oktober und beinhaltet bis zum 22. Dezember insgesamt zwölf Einheiten von je 60 Minuten, die jeweils donnerstags von 17:30 bis 18:30 Uhr im TSG aktiv Center in der Hannoverschen Straße 51 in Großburgwedel stattfinden. Für Mitglieder des TSG aktiv Centers ist die Teilnahme kostenfrei. Für TSG Vereinsmitglieder wird ein Teilnehmerbeitrag in Höhe von 40 Euro und für Nicht-Mitglieder ein Beitrag von 80 Euro erhoben. Anmeldungen sind erforderlich und telefonisch im TSG aktiv Center unter 05139/409701 vorzunehmen.