Neuer Kurs
Zumba Gold

ab Freitag, 24. Mai 2019
15.30 – 16.30 Uhr
Turnhalle, Ekkardstr. 5

Zumba Gold ist für Fitness- oder Tanzeinsteiger sowie für Personen mit Bewegungseinschränkungen des Bewegungsapparates geeignet. Das Tempo wird an die Bedürfnisse der Teilnehmer angepasst. Es wird zu Musik wie Salsa, Merengue, Cumbis und Reggaeton mit leicht erlernbaren Bewegungen getanzt.

Dabei stehen Gemeinschaft, Spaß und Fitness auf dem Traniningsplan. Zumba Gold erfüllt diese Anforderungen perfekt.

Mitzubringen sind:
Sportkleidung, feste Sportschuhe und Getränk.

Anmeldung: Tel.: 0441 44388
tura76.oldenburg@t-online.de