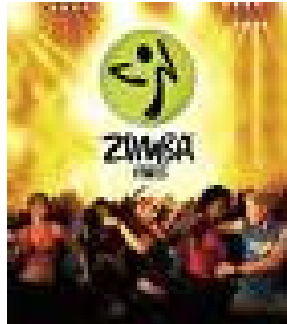


Einladung zum Schnuppern

Montag, 19.09. 2011 von 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr
Turnhalle der Grundschule Freckenhorst

“ Fun and easy to do“



Zumba Fitness basiert auf dem Grundsatz "Fun and easy to do". Für Zumba Fitness muss man nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben.

Zumba Fitness® wurde Mitte der 90er Jahre von dem Kolumbianer Alberto **“Beto” Perez** entwickelt, einem **bekanntem Fitness-Trainer**, der auch als Choreograf für internationale Superstars der Popmusik tätig ist. Angeregt durch die Musik seiner Heimat, mit der er aufwuchs – **Cumbia, Salsa, Samba und Merengue** – kombinierte Beto die feurigen lateinamerikanischen Rhythmen, die ihm am besten gefielen, mit den **heißen Tanzschritten**, die seine internationalen Kunden liebten und schon war Zumba® (der spanische umgangssprachliche Ausdruck für „sich schnell bewegen und Spaß haben“) geboren.

Seit Beto **Zumba Fitness®** 1999 in die USA brachte, ist es zu einem Kult geworden, der **Tanz und Fitness** vereint. Der Zumba®-Kult hat sich schnell über das ganze Land verbreitet und alle Altersklassen mit seiner ansteckenden Musik und den leicht nach zu tanzenden Schritten mitgerissen.

Kursbeginn: 26. September 2011 und dann immer montags
von 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr
Turnhalle der Grundschule Freckenhorst

Einheiten: 10 Stunden

Altersgruppe: offen für alle Altersgruppen

Mindestteilnehmerzahl: 10

Übungsleiterin: Elena Harder

Kursgebühr: 75,- € (Ab 20 Personen 50,00 Euro)