

Zumba Schnuppertraining beim TV Hemsbach

Am Samstag, den 25.01.2020 besteht für alle Interessenten die Möglichkeit an ein kostenloses Zumba Schnuppertraining teil zu nehmen.

Mit Yasemin Kücükaya konnte der TVH eine erfahrene Zumba Trainerin verpflichten.

Durch eine Mischung aus Aerobic und überwiegend lateinamerikanischen Tanzelementen ist Zumba ein Ganzkörpertraining der besonderen Art.

Das Zumba Training Gold von Yasemin ist eine Variante für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mittleren Alters, aber auch für Anfänger jeder Altersstufe. Es soll Muskelkraft, Beweglichkeit, Haltung und Koordination verbessern, aber vor allem soll es eines – es soll Spaß machen und Freude an der Bewegung vermitteln.

Für alle, die ihre Wintermüdigkeit hinter sich lassen wollen und die Zeit und Lust haben, sich zu fetzigen Rhythmen zu bewegen:

Kostenloses Zumba Training am Samstag, den 25.01.2020 um 15.00 Uhr im Jazzstudio der Penguin Tappers in der Hans Michel Halle.

Anmeldung bei der TVH Geschäftsstelle: tvh@tv-hemsbach.de

Tel. 06201 – 477186

Gabi Schollmeier:

Tel. 06201 - 73978