

## „ZUMBA® Fitness“ für Frauen (ab Februar 2012)

Mit „ZUMBA® Fitness“ schwappt ein neuer Fitnessstrend aus den USA nach Europa und begeistert Menschen aller Altersgruppen. Es ist ein neues Tanzworkout, das Elemente aus Aerobics und Intervall-Training für Herz und Kreislauf mit lateinamerikanischer Musik und verschiedenen Tanzschritten verbindet. „Bewegung und Spaß machen“, lautet die Übersetzung des umgangssprachlichen spanischen Ausdrucks „Zumba“.

Ich bin eine offiziell lizenzierte Zumba®Fitness Instruktorin und Mitglied des Zumba® Instruktor Networks. Komme in meinen Kurs, entfliehe dem Alltag und erlebe ein mitreißendes Highlight lateinamerikanischen Lebensgefühls und guter Laune!

**Kursbeginn:** 03.02.2012, Einstieg ist jederzeit möglich!

**Kursgebühr:** 70 € für 12 x 1 Stunde

**Termin:** freitags von 19.30 – 20.30 Uhr

**Leitung, Anmeldung und Info:** Xin Audetat-Nie, Tel.: 0921/ 1509337 oder 0176/ 64820215 oder xinnie\_aa@yahoo.com