

# Zumba Fitness®



**Kurs ab 18.08.2017**  
**10 x Freitag, 18.00-19.00 Uhr**

**Gymnastikhalle Grundschule Adendorf,  
Weinbergsweg 13**

**Leitung Alexandra Hermann-Plickat**

Das Workout Zumba Fitness® basiert auf dem Prinzip "Fun and easy to do". Dafür muss man nicht tanzen können. Das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben. Die heißen lateinamerikanischen und exotischen Rhythmen wirken dabei sehr motivierend. Zumba Fitness® wurde in Amerika schnell zur Fitness-Sensation, denn es ist heiß, sexy, spannend und geeignet für jedermann.

**für TuS Erbstorf Mitglieder kostenfrei**

**Nichtvereinsangehörige können 10-er Karten für 35,00 € erwerben. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich.**

## Auskunft und Anmeldung :

Trainerin Alexandra Hermann-Plickat Tel. 0160 801 5501

oder Abteilungsleiterin Turnen: Hildelies Stephan  
Tel. 04131 – 99 00 99, Email. [Turnen@tus-erbstorf.de](mailto:Turnen@tus-erbstorf.de)