

ZUMBA

in Hennigsdorf



**Jeden Mittwoch ab 20.00 Uhr
Sporthalle der Sonnengrund-
schule an den Havelauen**

**Das Training bietet
ein komplettes Workout zu
lateinamerikanischen und modernen
Rhythmen aus aller Welt.**

Ein Angebot des SV Stahl Hennigsdorf

ZUMBA



Anja, unsere Zumba-Trainerin aus Hennigsdorf, freut sich auf Euch! Zumba macht so viel Spaß! Den würde sie gern mit Euch teilen! Schöne Musik hören, sich dazu bewegen, zusammen mit netten Leuten – das ist Zumba.

Kommt und macht mit, Ihr werdet einen Riesenspaß haben! Zumba kombiniert unterschiedliche intensive Bewegungen zu einem kalorienverbrennenden Intervalltraining, bei dem Ihr Euch wie auf einer Tanz-Fitness-Party fühlt.

Das Training bietet ein komplettes Workout zu lateinamerikanischen und modernen Rhythmen aus aller Welt. Beim Zumba werden Elemente aus dem Fitness-, Kardio- und Muskelaufbautraining mit Übungen für Balance und Flexibilität kombiniert.

Neugierig geworden? Wir treffen uns jeden Mittwoch um 20 Uhr in der Turnhalle der Sonnengrundschule an den Havelauen. Jetzt anmelden und Platz sichern. Das Angebot richtet sich an alle ab 16 Jahre.

Mitgliedsbeitrag: 15,00 € pro Monat

Kontakt und Anmeldung:
SV Stahl Hennigsdorf e.V.
Heinestr. 2 - 16761 Hennigsdorf
03302 493 603 (AB)
info@stahl-hennigsdorf.de
www.stahl-hennigsdorf.de
www.facebook.com/stahlhennigsdorf

