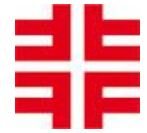




Turngesellschaft 1899
Gonsenheim e. V.



Zumba@fitness

**nächster Kurs
ab 10. April 2018**

ZUMBA

Zumba@fitness ist ein effektives Fitnessprogramm, bei dem die Freude an der Bewegung zu heißen südamerikanischen und internationalen Rhythmen im Vordergrund steht. Körperstraffung, Verbesserung der Haltung, Muskelaufbau und Verbesserung der Fitness passieren quasi nebenbei. Tanzkenntnisse sind nicht erforderlich. Auch Anfänger können den Choreografien zu Salsa, Merengue, Cumbia und Co. leicht folgen. Im Gegensatz zu herkömmlichen Fitnesskursen wird in einer Zumba@fitness Stunde stets Partystimmung erzeugt. Spaß und gute Laune sind garantiert!

Ort: **Jahnturnhalle**, Jahnstr. 8, 55124 Mainz-Gonsenheim
Termine: ab 10. April 2018 - 9 Termine á 55 Minuten
Zeit: jeweils dienstags, 18.15 Uhr – 19.10 Uhr
Kursleiter: Horst Leder, Zumba-Trainer
Gebühr: Mitglieder 35,00 €, Gäste 69,00 €
IBAN: DE02 5509 1200 0080 1545 00
Anmeldung und Info: info@tgs-gonsenheim.de 06131-45217 (AB – wir rufen zurück)
haleder@googlemail.com
Parken: ausreichend eigene kostenfreie Parkplätze direkt vor der Halle

