

Zumba – das coolste Workout jetzt wieder beim SCE!

Nach einer längeren Pause ist es uns gelungen nun endlich wieder eine Übungsleiterin für Zumba-Kurse beim Sport-Club 1926 e. V. Eltersdorf zu finden.

Was ist Zumba?

Zumba ist ein Tanz-Workout bei dem tänzerische Elemente mit Aerobic-Bewegungen kombiniert werden. Zu lateinamerikanischen Rhythmen und Tanzstilen wird mit viel Spaß der ganze Körper trainiert. Das ziemlich coolste Workout überhaupt! Abtanzen zu toller Musik in lockerer und ungezwungener Atmosphäre mit großartigen Leuten. Dabei verliert man – sozusagen als Bonus – noch eine ganze Menge an Kalorien.

Zumba - Deine Zeit!!!

Die neue Übungsleiterin Andrea Ivan-Turhan beginnt am

10. Oktober um 18:00 Uhr im Gymnastikraum im Sportheim des SCE

mit der ersten Kursstunde.

Die erste „Schnupperstunde“ ist selbstverständlich kostenfrei. Zukünftig bieten wir wöchentlich folgende zwei Termine an:

Dienstags, 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr im Spiegelsaal des SCE

Donnerstags, 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr im Gymnastikraum des SCE

Kosten:

Die 10-er Karte kostet für Nichtmitglieder 90,- € und für Mitglieder des SCE 60,- €.

Kontakt:

Andrea freut sich unter der Rufnummer **0179/7392801** auf Eure Anmeldungen!

