

ZUMBA®-Fitness - Den Alltagsstress wegtanzen Kneipp-Verein Spiesen

Am Dienstag, 14. Juni 2022 geht der ZUMBA®-Kurs beim Kneipp-Verein Spiesen in die nächste Runde. Der Kurs findet dienstags von 18 bis 19 Uhr in der Großenbruchhalle in Spiesen-Elversberg statt.

„Einfach mal den Alltagsstress hinter sich lassen und alle Sorgen raustanzen ist die Devise“, sagt ZUMBA®-Trainerin Christine Pejic-Berrard. ZUMBA® vereinigt in einem schweißtreibenden Intervalltraining einfache Tanzbewegungen zu hauptsächlich lateinamerikanischen Rhythmen wie Salsa, Merengue, Cumbia und Reggaeton mit effektiven Fitnessübungen.

Anmeldung bei Christine Pejic-Berrard, Telefon 0157 86143191 oder christine.pejic-berrard@kneipp-verein-spiesen.de.