



ZUMBA

Zumba ist ein Intervall-Workout zu heissen latein-amerikanischen Rhythmen wie z.B. Salsa, Cumbia, Merengue. Ein Training in dem man nebst schwitzen auch richtig Spass hat.

WANN:	15.11./ 22.11./ 29.11. und 06.12.2011
TAG:	Dienstag
WO:	hier im Actifit women only
DAUER:	60 Minuten
ZEIT:	18:30 bis 19:30 Uhr
KURSLEITERIN:	Angie
KOSTEN:	Member kostenlos
GEEIGNET FUER:	alle die sich gerne zu heissen Rhythmen bewegen