



ZUMBA
FITNESS

Zumba Fitness in Thomatal

Liebe Zumba Fitness Begeisterte und all jene, die es noch werden möchten

Wir planen gerade für kommenden Herbst mit Marina Petzlberger einen Zumbakurs und es freut mich, dass ab dem 04.09.2019 auch Stunden in Thomatal angeboten werden können!

Geplant ist immer Mittwochs von 18:30 – 19:30 Uhr;

Preis für 6 Einheiten € 42,--

Das Zumbaprogramm verbindet grundlegende Elemente von Aerobic, Intervall- und Krafttraining, um bestmögliche Ergebnisse in Bezug auf Kalorienverbrennung, Ausdauer sowie Formung und Straffung der Figur zu erzielen. Es ist für Jedermann geeignet, egal welches Fitnessniveau, egal welches Alter. Im Vordergrund steht die Bewegung und vor allem geht es darum, Spaß zu haben.

Bei Interesse bitte ich euch um eure Anmeldung bis spätestens 25. August 2019.

Bei Fragen bitte einfach jederzeit bei mir melden.

Ich würde mich sehr über eure Rückmeldungen freuen ☺

Für den USC Thomatal
Sektion Turnen
Daniela Kocher
Tel.: 0680/3263526
E-Mail: kocher_mandl@yahoo.de

Sportclub Thomatal
Ein Mitglied der
SPORT
UNION 