

Zumba

Donnerstags in der Bewegungshalle Kita Este



neue Uhrzeit ab 07-2025

20.00 – 21.00 Uhr

**Zumba-Trainerin:
Steffi Schürmann**
jeden Donnerstag

Zumba – ein Fitnessprogramm, welches bei lateinamerikanischer Musik Tänze mit Aerobic-Bewegungen kombiniert.

Ein Workout in der Gruppe mit viel Spaß und Energieverbrauch. Verbessert die allgemeine Fitness, Ausdauer und unser Körpergefühl.

Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene.

Wegen des begrenzten Raumes in der Bewegungshalle ist eine Anmeldung erforderlich bei Kim Katja Dierks per mail an: turnen@sveste0670.de

Dieses Angebot ist nur für Mitglieder/innen

Ort: Bewegungshalle Kita Este Neuenfelde in HH-Neuenfelde, Arp-Schnitger-Stieg 20

[https:// este0670.de](https://este0670.de)

*Wir bewegen
Menschen*

