



GYM WELT

TVW 
TURNVERBAND WUPPERTAL

Friedrich-Engels-Allee 127, 42285 Wuppertal
Fon 0202-83451, Fax 0202-4085818
turnverband.wuppertal@t-online.de
www.turnverband-wuppertal.de

Lehrgang Nr. LG-250312

(4 LE)

ZUMBA® Fitness

Sonntag, 25.03.2012, 14:00 – 17:00 Uhr
Eisenbahner-Turnhalle Distelbeck 36, 42119 Wuppertal
(Hinweis: diese Halle wurde komplett renoviert)

ZUMBA® Fitness zu südamerikanischen Rhythmen ist ein Tanz-Fitness-Training. In der ZUMBA® Fitness Stunde werden Tanzschritte, Elemente aus Aerobic, Intervall- und Krafttraining miteinander vereint. Dieses dynamische, sehr effektive und schweißtreibende Training ist für Jedermann geeignet. Die Musik, der Rhythmus sowie die tänzerischen Fitnessübungen verbreiten ein Latino-Lebensgefühl.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

Referentin: **Melanie Hagemann**, ZUMBA® Fitness Instruktor

Lehrgangsleitung und Anmeldung: **Helga Mennecken**
Fon: 0202 - 76 08 51, Mail: mennecken@t-online.de

Teilnahmegebühr:

10,00 Euro bei Vorabüberweisung / 12,00 Euro an der Tageskasse
Bitte Überweisung der Teilnahmegebühr unter Angabe der Lehrgangsnummer
auf Konto Nr. 409 474, Turnverband Wuppertal, Stadtparkasse, BLZ 330 500 00.

Mindestteilnehmerzahl: 12
Höchstteilnehmerzahl: 25