



Der TSV Milbertshofen bietet im Rahmen seines Fitness-Programms an:



Das ultimative Fitness-Tanz-Workout / Januar – April 2018

Zumba Fitness wurde Mitte der 90er Jahre von dem Kolumbianer Beto Perez entwickelt, einem Fitnesstrainer, der als Choreograf für internationale Superstars der Popmusik tätig ist. Angeregt durch die Musik seiner Heimat – Cumbia, Salsa, Samba und Merengue – kombinierte Beto feurige lateinamerikanische Rhythmen mit heißen Tanzschritten und schon war Zumba geboren. Für Zumba Fitness muss man nicht tanzen können. Die Schritte sind einfach nach zu tanzen und das wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen, Spaß daran zu haben und ordentlich zu schwitzen.

Wann & Wo: Montag (abends) 19.00 – 20.00 Uhr
08.01. – 16.04.2018
Grundschule Bad-Soden-Str. 27, Kleinsporthalle



Dienstag (abends) 19.00 – 20.00 Uhr
09.01. – 17.04.2018
Torquato-Tasso-Schule, Gymnastikhalle,
Eingang via Lehrerparkplatz Eduard-Schenk-Str.

Mittwoch (vormittags) 09.00 – 10.00 Uhr
10.01. – 18.04.2018
Gebrüder-Apfelbeck-Halle, Hans-Denzinger-Str. 2

Donnerstag (abends) 19.30 – 20.30 Uhr
11.01. – 19.04.2018
Mittelschule Schleißheimer Str. 275, Kleinsporthalle



Kursreihe: 10-12 Stunden innerhalb von 15 fortlaufenden Wochen (KW 2 – KW 16). Achtung: nicht in den Schulferien: 1 Woche Faschingsferien – KW 7 und 2 Wochen Osterferien / KW 13 & 14

Gebühr: 10 Stunden: 85,- Euro (aufteilbar auf 12 Termine)

Kursleitung: Montag, Mittwoch, Donnerstag: Jacqueline Lippenberger
Dienstag: Philipp Bomers

Achtung: Wir bieten auch Zumba Gold für Senioren (Mittwoch / 10.00 Uhr) und Aqua Zumba (Dienstag / 19.30 Uhr) an!

**Anmeldung & Infos: Geschäftsstelle des TSV Milbertshofen,
Telefon: 089/3582716, e-mail: kontakt@tsv-milbertshofen.de**