



Der TSV München-Milbertshofen e.V. bietet an:



## Das ultimative Fitness-Tanz-Workout / Januar – April 2025

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, und das wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen, Spaß daran zu haben und ordentlich zu schwitzen.

**Wann & Wo:** Montag (abends) 19.00 – 19.50 Uhr  
\*\*\* findet nicht statt / wieder ab April \*\*\*  
Mittelschule Schleißheimer Str. 275, Kleinsporthalle

Dienstag (abends) 18.00 – 18.50 Uhr  
14.01. – 08.04.2025 (12 Termine)  
Grundschule Bad-Soden-Str. 27, Kleinsporthalle

Mittwoch (vormittags) 09.00 – 09.50 Uhr  
15.01. – 09.04.2025 (12 Termine)  
Gebrüder-Apfelbeck-Halle, Hans-Denzinger-Str. 2

Donnerstag (abends) 19.30 – 20.20 Uhr  
16.01. – 10.04.2025 (12 Termine)  
Grundschule Bad-Soden-Str. 27, Kleinsporthalle

**Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen pro Kurs**

Kursreihe: 10 Stunden innerhalb von 13 fortlaufenden Wochen  
Ausnahme: nicht in den Winterferien (KW 10 / 2025)!

**Achtung: kein Wechsel zwischen den Kurstagen möglich,  
Ausweich-/Nachholstunde nur im Kurs am Mittwoch möglich!**



**Gebühr:** 10 Stunden: 90,- Euro (aufteilbar auf 11/12 Termine)

**Kursleitung:** Jacqueline Lippenberger (Zumba® Instructor)

**Anmeldung & Infos: Geschäftsstelle des TSV München-Milbertshofen e.V.**  
Telefon: 089/3582716, e-mail: [kontakt@tsv-milbertshofen.de](mailto:kontakt@tsv-milbertshofen.de)