

262-7160 Zumba® - Fitness

Beginn	Dienstag, 15.09.2026, 19:15 - 20:15 Uhr
Kursgebühr	77,00 €
Dauer	7 Termine
Kursleitung	Diana Hegglin
Kursort	Offene Ganztagschule Fridolfing, Römerweg 24, 83413 Fridolfing

Hier geht es nicht um Perfektion, sondern um Freude an Bewegung. Die Kombination aus Tanz und Aerobic bringt mitreißende Musik, einfache Choreografien und gute Laune zusammen - auch für Einsteiger*innen gut umsetzbar. Dabei werden Ausdauer, Koordination, Rhythmusgefühl und Körperwahrnehmung gefördert. Gleichzeitig wird die Muskulatur gekräftigt und der Kreislauf aktiviert. Ein energiegeladenes Fitnessangebot mit Spaßfaktor und ganz ohne Leistungsdruck.

Bitte mitbringen:

Sportkleidung, feste Sportschuhe, Handtuch, Getränk.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
15.09.2026	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagschule Fridolfing, kleine Turnhalle
22.09.2026	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagschule Fridolfing, kleine Turnhalle
29.09.2026	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagschule Fridolfing, kleine Turnhalle
06.10.2026	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagschule Fridolfing, kleine Turnhalle
13.10.2026	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagschule Fridolfing, kleine Turnhalle
20.10.2026	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagschule Fridolfing, kleine Turnhalle
27.10.2026	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagschule Fridolfing, kleine Turnhalle

[zur Kursdetail-Seite](#)