

J7161 Zumba® - Fitness

Beginn	Dienstag, 02.12.2025, 19:15 - 20:15 Uhr
Kursgebühr	30,00 €
Dauer	3 Termine
Kursleitung	Diana Hegglin
Kursort	Offene Ganztagsschule Fridolfing, Römerweg 24, 83413 Fridolfing

Hier geht's nicht um Perfektion, sondern um Spaß an der Bewegung! Die Kombination aus Tanz und Aerobic fühlt sich wie eine kleine Party an – mitreißende Musik, gute Laune und einfache Choreos, die auch für Einsteiger*innen gut umsetzbar sind. Ganz nebenbei trainierst du den ganzen Körper, stärkst deine Tiefenmuskulatur und bringst den Kreislauf in Schwung. Fitness mit Spaßfaktor – ganz ohne Leistungsdruck!

Bitte mitbringen:

Sportkleidung, feste Sportschuhe, Handtuch, Getränk.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
02.12.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagsschule Fridolfing, kleine Turnhalle
09.12.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagsschule Fridolfing, kleine Turnhalle
16.12.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Offene Ganztagsschule Fridolfing, kleine Turnhalle

[zur Kursdetail-Seite](#)