

## C2727 Zumba®

|             |  |
|-------------|--|
| Beginn      | Donnerstag, 09.10.2025, 17:45 - 18:45 Uhr                            |
| Kursgebühr  | 90,00 €  |
| Dauer       | 15 Termine   |
| Kursleitung | Kathleen Ehrlich   |
| Kursort     | US, Z, 010, Fitness, Landshuter Straße 20-22, 85716 Unterschleißheim |

Tanz dich fit mit Zumba! Zumba ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout, das sich aus feuriger lateinamerikanischer und internationaler Musik und Tanzbewegungen zusammensetzt. Zumba ist dynamisch, effektiv, motivierend und macht einen Riesenspaß. Mit Zumba werden Stress und überschüssige Pfunde einfach weggetanzt. In einer Stunde Zumba können bis zu 1000 Kalorien verbrannt werden. Zumba ist für alle Menschen geeignet, die lateinamerikanische Musik lieben und Freude am Tanzen haben. In diesem Tanz-Workout mit Spaßfaktor werden den Teilnehmer:innen Cumbia, Salsa, Merengue, Reggaeton, Calypso, Cha-Cha-Cha u. v. a. Tanzschritte vermittelt. Willkommen zur Zumba Party! Mitzubringen sind: Fitnesskleidung, Fitness-Schuhe (keine Straßenschuhe, möglichst kein stark bremsendes Profil), Handtuch, Wasser.

Der Kurs wird zeitgleich als Live-Stream angeboten. Wählen Sie bei der Anmeldung (in jedem Fall erforderlich!) zwischen "Präsenz" und "Online". Die Zugangsdaten erhalten Sie nach Anmeldung, spätestens 3 Tage vor Kursbeginn.

### Termine

| Datum      | Uhrzeit           | Ort  |
|------------|-------------------|--|
| 09.10.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 16.10.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 23.10.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 30.10.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 13.11.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 20.11.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 27.11.2025 | 18:00 - 19:00 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 04.12.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 11.12.2025 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 08.01.2026 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 15.01.2026 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 22.01.2026 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 29.01.2026 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |
| 05.02.2026 | 17:45 - 18:45 Uhr | Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum |

[zur Kursdetail-Seite](#)