

## C2730 Zumba®

Beginn	Donnerstag, 25.09.2025, 19:00 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	90,00 €
Dauer	15 Termine
Kursleitung	Bettina Friemel
Kursort	GA, Vhs BZ V 0.10, Telschowstr. 5-7, 85748 Garching

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.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
25.09.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
02.10.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
09.10.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
16.10.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
23.10.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
30.10.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
13.11.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
20.11.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
27.11.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
04.12.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
11.12.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
18.12.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
08.01.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
15.01.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
22.01.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)