

C2736-2 SALSATION®

Beginn	Montag, 01.12.2025, 19:30 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	54,00 €
Dauer	6 Termine
Kursleitung	Donna Bodurova
Kursort	US, Z, 135, Bewegung, Landshuter Straße 20-22, 85716 Unterschleißheim

SALSATION® ist ein unterhaltsames, sehr süchtig machendes und herzerreißendes Tanz-Workout, eine neue Art des Trainings und ein weltweit stetig wachsendes Programm. SALSATION® legt neben der Mischung von verschiedenen Styles, Rhythmen und Melodien, besonderen Wert auf den Ausdruck von Musik und Lyrics und integriert Elemente des funktionellen Trainings in die Choreographien, alles mit einer Prise Meraki – ein griechisches Wort, das den besonderen Hauch von Leidenschaft bedeutet. Mit jedem Lied spüren Sie die Musik in Ihrem Körper! Genießen Sie einfach die Musik und bewegen sich im Rhythmus, denn Spaß und Freude stehen immer im Vordergrund. Nach jeder Stunde werden Sie merken, dass sich Ihr Körpergefühl, Ihre Ausdauer und Beweglichkeit verbessert. Tanzen Sie einfach mit! Sie benötigen keine Vorkenntnisse. Mitzubringen sind: Fitnesskleidung, Fitness-Schuhe (keine Straßenschuhe, möglichst kein stark bremsendes Profil), Handtuch, Wasser.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
01.12.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 144, Bewegungsraum
08.12.2025	19:15 - 20:15 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 144, Bewegungsraum
15.12.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 144, Bewegungsraum
12.01.2026	19:30 - 20:30 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 135, Bewegungsraum
19.01.2026	19:30 - 20:30 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 135, Bewegungsraum
26.01.2026	19:30 - 20:30 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 135, Bewegungsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)