

## D2730 Zumba®

Beginn	Donnerstag, 26.02.2026, 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
26.02.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
05.03.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
12.03.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
19.03.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
26.03.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
16.04.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
23.04.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
30.04.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
07.05.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
21.05.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
11.06.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
18.06.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
25.06.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
02.07.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum
09.07.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 0.10 Bewegungsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)