

ZUMBA® class by Venia Eine Einführung in das ZUMBA® Programm

SUS

DATUM / ORT:	Sa. 17. März 2012, Glis / VS
ZEIT:	09.00 – 15.00 Uhr
ZIELGRUPPE:	Leiterinnen und Leiter PolySport Wallis
INHALT:	Zumba vereint Latino-Rhythmen mit einfach nachzumachenden Bewegungen zu einem einzigartigen Fitnessprogramm mit viel Fun. Beim Intervall-Workout werden schnelle und langsame Rhythmen mit Ausdauertraining kombiniert um den Körper zu formen und Fett zu verbrennen.
KOSTEN:	Für Leiterinnen und Leiter des Polysport Wallis werden die Kurskosten vom Verband übernommen.
ANMELDUNG:	Bis am 17.2.12 an die Sport Union Schweiz, Postfach 1947, 6021 E'brücke, 041 260 00 30 / technik@sportunionschweiz.ch