

# Infoblatt zum Kurs Zumba®

beim Sportverein Reudern / Abteilung Leichtathletik-Freizeitsport



## Inhalt des Kurses

Hallo, ich bin Fitia und biete Zumba® Kurs an. Der ist für jeden geeignet, der keine erheblichen gesundheitlichen Einschränkungen und vor allem Spaß an viel Bewegung, den südamerikanischen Rhythmen und dem tänzerischen Schwerpunkt hat. Der Kurs enthält alle Fitness-Elemente: Herz-Kreislaufübungen, Muskel-Training, Verbesserung von Flexibilität und Gleichgewicht.

## Organisatorisches

- bitte immer zu den Terminen mitbringen:  
Sportbekleidung, Handtuch, Getränk

## Übungsleitung

- Mein Name ist Fitia Ranaivoson , ich bin ausgebildete Zumba® -Trainerin und wohne seit 2023 in Reudern.
- Außerhalb der Kurszeiten bin ich zu erreichen unter: [fitiaran@icloud.com](mailto:fitiaran@icloud.com)

## Wann und Wo?

- Immer freitags
- Im Gymnastikraum der Gemeindehalle Reudern
- Von 18:00 Uhr – 19:00 Uhr

## Kursgebühr:

- Mitglieder: 3€ je Einheit
- Nichtmitglieder: 5€ je Einheit
- Bei Abbruch des Kurses ist eine Rückerstattung der Kosten nicht möglich.
- Mit der Anmeldung wird der Betrag spätestens zum 2. Kurstermin fällig. Bitte in bar an den Übungsleiter bezahlen

