

Zumba en dance najaar 2019

Onze lessen zumba zitten in een nieuw kleedje en zijn nog hipper dan voorheen.

ZUMBA & DANCE is een leuke dansles op hedendaagse top 50 nummers en latijns-amerikaans geïnspireerde muziek zoals merengue, salsa, chacha, cumbia, reggaeton, belly dance, flamenco, tango, samba, calypso, ...

Leuke hedendaagse beats in combinatie met latijns- exotische ritmes en gemakkelijke maar effectieve bewegingen maken Zumba tot een groot succes voor eenieder die graag danst en beweegt.

Het doel is simpel: dansen en sporten zonder dat je jezelf uit de zetel moet slepen, een sport die effectief is en waar je veel van houdt!

Door de lessen Zumba & Dance bereik je op langere termijn resultaten zoals meer spieropbouw, meer energie, meer zelfvertrouwen, meer vrienden, ... De muziek, naar de les komen en de resultaten die je aan je eigen lichaam ondervindt, werken verslavend.

Kort gezegd: Zumba & Dance = snel bewegen, dansen en plezier hebben!

Wanneer: maandag van 20:00 tot 21:00 uur - eerste les maandag 9 september

Waar: Sportzaal De Vlieger, Monseigneur Heylenstraat 22

Prijs: 45 € voor het eerste trimester

Schrijf je in voor 24/9 dan krijg je 10 € korting

Je kan je ter plaatse inschrijven

Meer info: Kris Van Ballaer, boonen-vanballaer@telenet.be, 014851778

