**Zumba en dance  najaar 2022.**

ZUMBA & DANCE is een leuke dansles op hedendaagse top 50 nummers en latijns-amerikaans geinspireerde 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 wie 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 12  september**

**Waar:  SOnze sportlessen starten de week van 9 januari en lopen t/m de week van 19 juni.**

**Prijs voor de lessenreeksen (**uitgez**. aquafitness,**kleuterturnen**en**qi**gong) € 65**

**Betaal je vóór 23/1 dan ontvang je € 10 korting**

**Bovendien krijg je € 10 extra korting voor de tweede sport indien je voor twee verschillende sportlessen inschrijft.**

**Je kan ter plaatse inschrijven.**

**Er zullen papieren klaarliggen om een premie van je ziekenfonds te ontvangen van de CM. Ben je aangesloten bij een ander ziekenfonds, breng dan zelf je formulier mee.**

Prijs kleuterturnen: € 45.00 voor +4 jaar en € 40.00 voor -4 jaar tot eind juni 2023

Prijs aquafitness: € 77.00 tot eind maart

Prijs qigong: € 85.00 tot eind juni indien je betaalt voor 23 januari 2023

**Meer info: Renild Van Laer,****renildvanlaer@hotmail.com****of 014 85 16 19**

**Of                Kris Van Ballaer,****boonen-vanballaer@telenet.be****of 014 85 17 78**

**portzaal De Vlieger, Monseigneur Heylenstraat 22**