



Zumba? Co je to a jak se to dělá ??

- **Zumba je taneční fitness trénink** nabitý energií a nádhernou mejdanovou náladou
- Trénujeme ke žhavým latinskoamerickým rytmům
- **Zumba ti vrátí fyzickou kondici**
- Za hodinu pohybu vypočíš z těla všední den, v euforické náladě, bez bolavých svalů jako z posilovny
- **Zumba je originální**
- Hudba, krokové kombinace a pohyby jsou naprosto odlišné od aerobiku nebo tanečních kurzů jaké znáš
- **NEDĚLÁME** monotónní, silovou, únavnou Zumbu
- **Volíme více taneční choreografie na téma latinskoamerických, evropských nebo indických tanců**

Taneční/tréninkové hodiny na podzim 2024:

Kulturní sál obecního úřadu, Panská 107, Tehov

9 září – 9 prosince 2024

Pondělky 18.00 – 19.00

První dvě "seznamovací" hodiny jsou **ZDARMA !**

Další informace

Zumba con Checos

Zuzana Cortová (604 403 058) a Nicholas Cort (603 475 514)
zuzanacortova@gmail.com