

Zumba

Mittwoch, 10. Juni 2026 | 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Volksschule Lochau | 6911 Lochau, Landstraße 28

Zumba ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitness-Programm mit südamerikanischer Musik und internationalen Tanzstilen. Ein Zumbakurs verbindet schnellere und langsamere Rhythmen und Bewegungsabläufe zu einem Aerobic- und Fitness-Workout, das die optimale Balance zwischen Ausdauertraining und körperformendem Muskelaufbau bietet. Zumba ist für jeden ohne Einschränkungen geeignet, Vorkenntnisse im Bereich Tanz sind nicht erforderlich.

Mittwochs, 10.06.2026 - 08.07.2026

5 Abende, 18:00 - 19:00

Anmeldung erforderlich!

Zumba ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitness-Programm mit südamerikanischer Musik und internationalen Tanzstilen. Ein Zumbakurs verbindet schnellere und langsamere Rhythmen und Bewegungsabläufe zu einem Aerobic- und Fitness-Workout, das die optimale Balance zwischen Ausdauertraining und körperformendem Muskelaufbau bietet. Zumba ist für jeden ohne Einschränkungen geeignet, Vorkenntnisse im Bereich Tanz sind nicht erforderlich.

Mittwochs, 10.06.2026 - 08.07.2026

5 Abende, 18:00 - 19:00

Anmeldung erforderlich!

Veranstalter:
Volkshochschule Bregenz

Weitere Informationen: <https://www.vhs-bregenz.at/kurssuche/kurs/Zumba/26S71268>



Zumba