

teinamerikanischen sowie internationalen Tänzen und Cardio-Training. Spaß und Kalorienverbrauch inklusive.

Die Tanzfitness zu entsprechender Musik ist einfach zu erlernen. Die Choreos werden je nach Gruppenzusammenstellung ausgesucht. Die einzelnen Elemente werden, anders als normalerweise üblich, erklärt.

Alter und Geschlecht spielen in diesem Kurs keine Rolle, jeder ist willkommen und kann mitmachen - und zwar jeden Mittwoch von 10.30 bis 11.30 Uhr im „Aktiv Punkt“ des TVE Burgaltendorf, Holteyer Straße 29.

Laufender Einstieg ist möglich

## Zumba beim TVE B'dorf

**BURGALTENDORF.** Zumba ist der ideale Kurs für alle, die Musik und Bewegung lieben und sich fit tanzen wollen. Das Fitness-Konzept kombiniert Aerobic mit la-

Ein Nachrücker in bereits laufende Kurse ist - bei entsprechend reduzierter Kursgebühr - auch ohne Vorkenntnisse jederzeit möglich. Anmeldung im TVE-Büro, Tel.: 0201/57 03 97, oder per E-Mail an: sport@tve-burgaltendorf.de

8 RUHR KURIER

11.3.15