



Sportwoche wettingen.bewegt
5. Mai - 14. Mai 2011

Donnerstag, 12. Mai 2011
20.15 - 21.30 Uhr
Turnhalle Altenburg

Der neue Fitnesstrend aus den USA,
der mit heissen Rhythmen jeden
Körper zum Schwitzen bringt!



Infos unter:
Renata Egloff 056 426 98 05

egloffice@bluewin.ch
www.lisadance.ch



Zumba® ist ein lateinamerikanisch
inspiriertes Tanz-Fitness-Workout aus
einer Mischung von lateinischen
Tanzstilrichtungen, wie Salsa, Samba,
Merengue, Calypso. Zumba® ist
dynamisch, aufregend und wirkungsvoll.

Die Tanzbewegungen sind einfach zu
erlernen und fördern gleichzeitig den
Muskelaufbau im Gesässbereich, der
Beine, Arme und Körpermitte sowie
den wichtigsten Muskel im ganzen
Körper - das Herz -.

Fettverbrennung und eine Körper-
straffung sind das Resultat nach
regelmässigem Zumba® Workout.
Und das Beste - Zumba® macht
vor allem Spass!



Lisa Dance Tanzschule in Aarau

Tanzausbildung
klassisches Ballett
Jazz Tanz
American Streetlocking
Kunstturnen und Akrobatik
Streetdance und HipHop
Orientalischer Tanz
Afro Brasil
Samba
Salsa
Capoeira
zumba Instruktorin

