



Mannheim, im März 2025

Liebe LandFrauen und Landmänner,

aufgrund der großen Nachfrage an der Jahreshauptversammlung bieten wir für den neuen Kurs **Zumba® Gold SEATED (auf dem Stuhl)** ein kostenloses Probetraining an:

Dienstag, 01.04.2025 und 08.04.2025 jeweils um 16:30 Uhr

Kursort: KG Lallehaag, Feldstr. 134, MA-Feudenheim

Ich bitte um Anmeldung unter Tel 0170 45 95 014 (gerne auch WhatsApp) oder per Mail an susanne.spatz@gmx.net.

Der neue Kursblock startet dann am Dienstag, 29.04.2025. Hierzu wird es noch eine separate Ausschreibung geben.

Bei Zumba® Gold SEATED findet das Training sitzend auf einem Stuhl statt. Dadurch ist es besonders gut für Personen geeignet, die Schwierigkeiten haben, längere Zeit zu stehen oder die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind. Die Tanz-Bewegungen auf dem Stuhl fördern die Koordination, die Konzentration, sowie die Bewegungsfähigkeit. Spaß und Bewegung zu lateinamerikanischen Rhythmen fordern das Herz-Kreislauf-System und wirken sich positiv auf unsere Gesundheit aus.

Ich freue mich auf euch 😊

Herzliche Grüße

Susanne Spatz

Im Namen des Vorstandteams
LandFrauen Feudenheim

Zumba®, Zumba Fitness® und die Zumba Fitness-Logos sind eingetragene Marken von Zumba Fitness LLC.

Postanschrift:

Susanne Spatz Hauptstraße 8 68259 Mannheim
info@landfrauen-feudenheim.de