



[Zumba w Myślecinku!](#) [1]

Opublikowano: pt., 2016-07-08 14:27 W lipcu w trzy soboty, a w sierpniu w dwie niedziele będzie okazja do przyłączenia się do darmowej zumbi na Różopolu! Zapraszamy serdecznie na cykl bezpłatnych zajęć Zumba Fitness. Lipcowe soboty miną nam pod znakiem wakacyjnych hitów! W samo południe 9 lipca trenerki Monika Żakowska i Marta Ciesielska zadbają o to, abyście przez 60 minut dostali solidną porcję świetnej zabawy, mega wycisku i endorfin w jednym! Spotykamy się pod sceną na polanie Różopole: - 09 lipca - godz. 12:00 - Monika Żakowska i Marta Ciesielska - 16 lipca - godz. 12:00 - Monika Żakowska - 30 lipca - godz. 12:00 - Marta Ciesielska Przydadzą się czapeczki z daszkiem i napoje. Należy ze sobą zabrać też dobry humor i uśmiech na twarzy, resztę zapewniają organizatorzy. Zumba fitness - zainspirowana latynoskimi rytmami fuzja tańca i aerobiku, egzotyczny koktajl gorących melodii latynoskich i międzynarodowych. Poprzez świetną zabawę kształtuje sylwetkę, dba o kondycję i spala mnóstwo kalorii. Fenomen zumbi to nic innego, jak jej prostota, łatwość, przystępność i efektywność. Nie trzeba znać kroków ani mieć super koordynacji. Na zajęciach mówimy zdecydowane nie skomplikowanym choreografiom, które są trudne do zapamiętania i kończą się frustracją. Kto przychodzi na zumbę, w ogóle nie myśli, że ćwiczy, tylko świetnie się bawi

Adres URL źródła:<http://www.myslecinek.pl/aktualnosci/zumba-w-myslecinku>

Odnosiniki

[1] <http://www.myslecinek.pl/aktualnosci/zumba-w-myslecinku>