

Bericht Hauptversammlung 17.7.2020

Zumba

Jede Woche am Mittwoch findet beim TV Bitz seit 10 Jahren das Angebot Zumba statt. Zumba ist eine Kombination von Aerobic mit lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen. Die Zumba Teilnehmerinnen haben Spaß dabei und verlassen jeden Mittwoch die Halle mit einer guten Laune. Jede Zumba Stunde ist einzigartig und verläuft nach Lust und Laune, manchmal findet in der Stunde auch Zumba Step oder Zumba Toning statt. Die Zumba Gruppe tanzt in der Sommerzeit bei schönem Wetter Zumba im Sand auf dem Bitzer Sportplatz.



Für eine gute soziale Zusammenhaltung sowie Spaß nicht nur beim Sport zu haben, gehen sie gelegentlich zusammen Pizza essen.

Inzwischen hat die Kursleiterin Linda Novotny eine Lizenz für Strong by Zumba gemacht. Jedoch ist Strong by Zumba kein Tanzen, sondern ein Training mit eigenen Körper und das Niveau ist ziemlich hoch eingesetzt. Jede Kniebeuge, jeder Ausfallschritt, jeder Burpee wird von der Musik befeuert. Man kommt viel zum Schwitzen und trotzdem hat man dabei viel Spaß. Komm einfach vorbei und probiert mal mit originale Musik und netten Teilnehmerinnen ohne Altersgrenzen beim Zumba tanzen oder sich beim Strong by Zumba powermäßig austoben! In der Gruppe ist Jeder herzlich Willkommen.

Jeden **Mittwoch** in der Aula:

Strong by Zumba um 18.45 Uhr

Zumba um 19.30 Uhr