



Katholischer Pfarrverband
Salvator Mundi

Fronleichnam | Erscheinung des Herrn | St. Willibald

NEU: Zumba® Gold mit Ramona Suh

**Bewegungskurs für Junggebliebene
ab dem 12. Juni 2018**

**immer dienstags um 10 Uhr im Pfarrheim St. Willibald
(3,00/Termin)**

Zumba® Gold ist die leichteste Form von Zumba® und richtet sich speziell an die Bedürfnisse aller aktiv

Junggebliebenen, aber auch an Neueinsteiger. Im Unterschied zu Zumba® Fitness sind

die Tanzschritte noch einfacher zu erlernen. Das

Tempo der Musik ist deutlich langsamer und die Intensität der Bewegungen ist reduziert (gelenkschonend und keine

Sprungbewegungen)



Ramona Suh ist staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin im Bereich Fitness, Prävention und Rehabilitation. Sie ist seit Juni 2010 lizenzierte Zumba® Trainerin und gehört damit zu den ersten Zumba® Instruktorinnen, die in Deutschland ausgebildet wurden.