

# **Nordic Walking Treff**

*Liebe Mitglieder, liebe Interessenten,*

*Wir wollen Nordic Walking wieder aufleben lassen😊*

*Wir treffen uns ab Mittwoch, 04. Mai 2011*

***um 18.00 Uhr***

*an der „Plantation“*

*( Sportplatz Schützenstrasse ) und laufen von dort aus los.*

*Wer keine Stöcke hat, kann sie sich bis Dienstag bei uns im Studio ausleihen!!!*

*Ich freue mich auf euch!!!*

*Eure Margit😊*

**Müller's Company**

**Am Houiller Platz 2 · 61381 Friedrichsdorf · Tel. 06172-591400**

**[www.muellers-company.com](http://www.muellers-company.com)**

# **Zumba- Fitness**

## **ab**

### **Freitag, den 06.Mai**

### **19:30h**

**„Zumba“- die Neuheit in den Studios!!!**

**Mit einfachen Tanzschritten erwacht schnell ein Party- Gefühl auf mitreißender Latino-Musik😊**

**Im Vordergrund steht immer ,sich auf Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben !( obwohl das Schwitzen nicht zu kurz kommt !)**

**Tobt euch aus bei heißen**

**lateinamerikanischen Rhythmen😊**

**Gäste sind herzlich willkommen!**

# ***Zumba Fitness***

**Ist ein Workout, das Ihnen  
sonst niemand bietet!!!**

***„Zumba“- Fitness wurde Mitte der 90er Jahre von dem Kolumbianer „Beto“ Pérez entwickelt, der die feurigen lateinamerikanischen Rhythmen mit den heißen Tanzschritten aus Cumbia, Salsa, Samba und Merengue kombiniert hat.***

***„Zumba“- Fitness ist zu einem Kult geworden, der Tanz und Fitness vereint.***

***Alle Altersklassen werden durch die ansteckende Musik und den leicht nachzutanzenden Schritten mitgerissen.***

***Das WICHTIGSTE ist, sich zu der Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben 😊***