



TANZ SPORT ZENTRUM

AUGSBURG E.V.

STRONG by Zumba™



<https://youtu.be/v9aQWkt934c>

Inhalt:	Ein Fitnesskurs im HIIT Format = hochintensives Intervalltraining, der im Unterschied zu anderen HIIT Formaten nicht auf Zeit arbeitet sondern auf Musik. Dadurch werden Motivation und Intensität gesteigert und Fitnessziele schneller erreicht. Durch austauschbare Elemente im Stundenaufbau ist die Teilnahme für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen möglich.
Zeit	Sonntag, 11:00 – 12:00 Uhr und Mittwoch, 19:00 – 20:00 Uhr
Kosten:	10er Karte, 70€ Auch die Karte der anderen Zumba Angebote gültig.
Verbindliche Anmeldung:	pressewart@tsza.de oder 0171/3853204

Clubadresse: TSZ Augsburg e. V. Benzstr. 3 86356 Neusäß Homepage: www.tsza.de	Bankverbindung: Kreissparkasse Augsburg BIC BYLADEM1AUG IBAN DE94 7205 0101 0030 8061 78
--	---