



INFORMATIONSBLETT FOLGE 471

ZUMBA® Step



Das neueste ZUMBA® Programm bei dem die Kilos nur so dahin schmelzen.

Straffe und stärke deine Gesäßmuskulatur, deine Beine und deinen Rumpf mit der einzigartigen Mischung aus ZUMBA-Choreographien und Step-Aerobic. Erziele optimale Ergebnisse ohne auf die Fitness-Party verzichten zu müssen!

ZUMBA® Step ist durch den Mix von verschiedenen, vorwiegend lateinamerikanischen Rhythmen sehr abwechslungsreich und verzichtet auf den komplizierten Aufbau von Choreographien. Wenn du gerne tanzt, aber gleichzeitig ein effektives Workout suchst, dann bist du hier genau richtig!

Was du für ZUMBA® Step brauchst:

- Spaß an der Bewegung und an mitreißender Musik
- Sportkleidung (elastisch & atmungsaktiv)
- Geeignete Sportschuhe (Aerobicschuhe)
- Trinkflasche



ZUMBA
STEP

STEP 1: FORGET EVERYTHING YOU KNOW ABOUT "STEP"

Introducing Zumba® Step: All of the Step toning and strengthening for your legs and glutes. All the Zumba® fitness-party fun you love.

