



Zumba Gold

Dit is een les, dans-fitness programma op dynamische, vrolijke latijnse muziek boordevol unieke en exotische danspassen.

Zumba gold is uitermate geschikt voor beginners maar ook voor actieve 60-plussers die jong van geest zijn.

Het tempo wordt aangepast aan de niveau van de doelgroep waardoor het makkelijk te volgen en makkelijk vol te houden is.

Zumba gold verbetert je gezondheid maar is ook goed voor je ziel en geest. Voorop staat dat je met plezier danst naar eigen kunnen!

Perfect voor de jonge geest. Voor senioren vanaf 60 jaar!



Dag	Tijd	Locatie	Docent
Maandag	10.30-11.30	De Robijn	B. Roemen
Dinsdag	09.00-10.00 uur	De Donderie	B. Roemen
	10.00-11.00 uur	De Donderie	B. Roemen
Donderdag	10.00-11.00 uur	't Paradies	B. Roemen

Info:

Docente: Britt Roemen T: 0475 - 34 10 72 / 06 - 23 71 74 75

Sportservice Roermond: Jerry Sahusilawane
T: 0475 - 35 94 38 E: 60plussport@roermond.nl