



## Zumba Schnupperstunde



Zumba ist ein Fitnessprogramm nach lateinamerikanischer Musik, das euch zum Schwitzen und Tanzen bringt und gleichzeitig auch noch Spaß macht. Diese Schnupperstunde ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet und ihr könnt zwischen 400 und 700 Kalorien verbrennen!

Bitte kommt in komfortabler Sportkleidung und bringt ein Handtuch und Wasser mit.  
Mindestens 8 Teilnehmerinnen

### **Treffpunkt:**

**Dienstag, 27.10.2020, 10.15 Uhr (Beginn 10.30 Uhr)  
im BIDA Tanzstudio, The Peninsula Plaza, 3. Etage, 153 Ratchadamri Road,  
BTS Chitlom, Ausgang 6 oder BTS Ratchadamri, Ausgang 4**

### **Anmeldung:**

**bitte bis zum 23.10.2020  
Eva, 095-908-2584,  
[eva@drehscheibe-bangkok.com](mailto:eva@drehscheibe-bangkok.com)**

### **Kosten:**

**500 THB + 100 THB Umlage**