

# ZUMBA



in Langnau im SIHLSPORTS 043 311 00 41 flexible Abos

[www.monikazumba.ch](http://www.monikazumba.ch)

**Bewegung, Sport, schwitzen - Musik, Tanz, Spass ☺**



## Zumba **FITNESS**

Mo 17.20    Mi 9.15    Fr 18.45  
forme deinen Körper... tanzend



## Zumba **GOLD** 50-80 J.

Di 10.45    Do 11.15  
gelenkschonend, ohne Hüpfen