



# Zumba

## Fit & Fun

### Das neue Kursangebot Zumba für Sie und Ihn beim Turnverein Zell

Zumba ist eine Mischung aus Aerobic und überwiegend lateinamerikanischen Tanzelementen. Die Tanzschritte des jeweiligen Musikstiles werden innerhalb der Choreografie mit Aerobic-Elementen verbunden, um den Belastungsgrad zu steigern. Zumba ist ein anspruchsvolles Ganzkörpertraining. Je nach Zumbavariante werden zwischen 2.500 und 4.200 kJ (= 600–1000 kcal) mit einer Stunde langem Training verbrannt.

**Kursbeginn: Mittwoch, 20. September 2023**

**Trainingszeit: 20.15 – 21.15 Uhr**

**Ort: Sporthalle Berufsschulzentrum, Gymnastikraum mit Spiegelwand**

**Maximale Teilnehmerzahl: 15**

Leitung: Anna Jäger  
Ausgebildete Zumba Instructorin

Kosten: Vereinsmitglieder € 35,00 / 10 Trainingseinheiten  
Nichtmitglieder € 55,00 / 10 Trainingseinheiten

**Verbindliche Anmeldung direkt an die Geschäftsstelle z.Hd. Frau Engelhardt (tv-zell@t-online.de)**

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Vollständige Adresse: \_\_\_\_\_

Geb. Datum: \_\_\_\_\_

Mitglied € 35,00                      Nichtmitglied € 55,00

**Turnverein 1894 Zell am Neckar e.V.**

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 07ZZZ00000592901

**SEPA-Lastschriftmandat** Mandatsreferenz: (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige den Zahlungsempfänger Turnverein 1894 Zell am Neckar e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger Turnverein 1894 Zell am Neckar e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Zahlungsart: einmalige Zahlung

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

(Kontoinhaber)

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_

---

Ort, Datum Unterschrift des Kontoinhabers