

## Kursbeschreibung Zusatzprogramm

### Zumba Circle Kurs 1

#### Inhalt des Kurses:

Zumba Circle ist aus der Kombination von Zumba Fitness, Zumba Toning und Zumba Step entstanden. Die Unterrichtseinheiten enthalten Elemente aus allen drei Zumba-Modellen, welche Muskelaufbau und Cardiotraining auf ein neues Level bringen. Zumba Circle ist ausschließlich geeignet für Teilnehmer/innen mit guter Zumba-Erfahrung und ausreichender Kondition.

<b>Termine*:</b>	Di. 10.04.2018 - 25.09.2018
<b>Uhrzeit:</b>	20:00 - 20:55 Uhr
<b>Einheiten:</b>	20
<b>Kursleiter/in **::</b>	Irene Pais-Brückl
<b>Teilnehmeranzahl:</b>	25
<b>Kosten:</b>	60,00 € Entrichtung Jahresgebühr erforderlich
<b>Zielgruppe:</b>	Einsteiger
<b>Raum/Ort:</b>	Raum 358

**Anmeldung:** Die schriftliche Anmeldung zur Nutzung der Sport- und Freizeitanlage und die schriftliche Kursanmeldung sind erforderlich. Die Anmeldeformulare finden Sie unter dem Menüpunkt "Anmeldung" auf:  
[www.siemens.com/sportundgesundheit/erlangen](http://www.siemens.com/sportundgesundheit/erlangen)  
Bitte senden Sie die Anmeldeformulare an:  
[sportzentrum.hr@siemens.com](mailto:sportzentrum.hr@siemens.com)

\* Bedingt durch Urlaub, Krankheit oder aus organisatorischen Gründen können einzelne Kursstunden entfallen. Diese werden am Ende des Kurses nachgeholt. Das Kursende verschiebt sich entsprechend nach hinten.

\*\* Aufgrund interner Änderungen kann es zu kurzfristigen Trainerwechseln kommen.

## Kursbeschreibung Zusatzprogramm

### Zumba Circle Kurs 2

#### Inhalt des Kurses:

Zumba Circle ist aus der Kombination von Zumba Fitness, Zumba Toning und Zumba Step entstanden. Die Unterrichtseinheiten enthalten Elemente aus allen drei Zumba-Modellen, welche Muskelaufbau und Cardiotraining auf ein neues Level bringen. Zumba Circle ist ausschließlich geeignet für Teilnehmer/innen mit guter Zumba-Erfahrung und ausreichender Kondition.

<b>Termine*:</b>	Fr. 13.04.2018 - 28.09.2018
<b>Uhrzeit:</b>	16:30 - 17:55 Uhr
<b>Einheiten:</b>	20
<b>Kursleiter/in **::</b>	Irene Pais-Brückl
<b>Teilnehmeranzahl:</b>	20
<b>Kosten:</b>	85,00 € Entrichtung Jahresgebühr erforderlich
<b>Zielgruppe:</b>	Fortgeschrittene
<b>Raum/Ort:</b>	Raum 358

**Anmeldung:** Die schriftliche Anmeldung zur Nutzung der Sport- und Freizeitanlage und die schriftliche Kursanmeldung sind erforderlich. Die Anmeldeformulare finden Sie unter dem Menüpunkt "Anmeldung" auf:  
[www.siemens.com/sportundgesundheit/erlangen](http://www.siemens.com/sportundgesundheit/erlangen)  
Bitte senden Sie die Anmeldeformulare an:  
[sportzentrum.hr@siemens.com](mailto:sportzentrum.hr@siemens.com)

\* Bedingt durch Urlaub, Krankheit oder aus organisatorischen Gründen können einzelne Kursstunden entfallen. Diese werden am Ende des Kurses nachgeholt. Das Kursende verschiebt sich entsprechend nach hinten.

\*\* Aufgrund interner Änderungen kann es zu kurzfristigen Trainerwechseln kommen.