

IM BLICKPUNKT

Aqua Zumba im Voerder Freibad

Voerde. Das Freibad Voerde holt in Zusammenarbeit mit der Tanzschule Rautenberg erstmalig „Aqua Zumba“ nach Voerde. Das als Zumba Poolparty bekannte Aqua Zumba-Programm verleiht einem Kräftigungs-Workout eine völlig neue Bedeutung, wie Oliver Rautenberg erläutert. Planschen, dehnen, drehen – und sogar Rufe, Gelächter, Gejohle und Gebrülle seien bei Aqua Zumba-Kursen häufig zu hören. Dieser kombiniere die Formel und Philosophie von Zumba mit traditionellen Übungen der Wassergymnastik und biete so ein sicheres, forderndes Wasserworkout, das die Ausdauer trainiere, die Figur forme und unglaublich viel Spaß mache. Interessierte können dies am Sonntag, 21. August, 10 Uhr, mit dem offiziell lizenzierten Aqua-Zumba Instructor Oliver Rautenberg erleben. Außer dem Eintritt in das Freibad fallen keine weiteren Kosten an.