

ZUMBA



Venez vous dépenser et vibrez en musique !!!

À la croisée du cours de danse et de la séance fitness, la Zumba c'est une fête version Latino !

En combinant rythmes rapides et lents, à des exercices de résistance pour tout votre corps, la Zumba élimine les calories sans même vous en apercevoir.

Vous serez transporté par des rythmes Caliente !

Les mouvements sont faciles à reprendre et le rythme soutenu vous stimule.