



Aqua-Zumba in der Therme Bad Steben

Von *Bad Steben*

Erstellt am 31 Jan 2013 - 13:35

BAD STEBEN. Zumba, die Kombination aus südamerikanischen Tanzelementen und Fitness-Übungen, gibt es in der Therme Bad Steben nun auch im Wasser. Ab dem 28. Februar bittet die lizenzierte Zumba- und Aqua-Zumba-Trainerin Monika Kraus immer donnerstags um 19 Uhr zum temperamentvollen Workout in die 30 Grad warmen Fluten in der Großen Badehalle.

Das neue Kursangebot Aqua-Zumba bringt den Körper in Schwung, fördert die Ausdauer und bringt unheimlich viel Spaß. Der neue Kurs in der Therme Bad Steben versteht sich als Tanzen im Wasser.

Durch den Widerstand und den Druck des Wassers werden die Muskeln auf spielerische Weise trainiert, die Körperbeherrschung und Koordinationsfähigkeit werden gefördert, die Fettverbrennung wird gesteigert. Die Teilnehmerinnen nähern sich tänzerisch ihrer Bikini-Figur an – und auch die Männer machen schon bald eine bessere Figur in der Badehose. Weiterer positiver Nebeneffekt: Dank des Auftriebs im Wasser werden die Gelenke geschont.

Die 8er Karte für die Aqua-Zumba-Kurse in der Therme Bad Steben werden zum Einführungspreis von 79 Euro angeboten. Die Einzelkarte kostet 12 Euro. Eine Kurseinheit dauert etwa 45 Minuten. Im Preis sind jeweils 2 Stunden Eintritt in die Wasserwelten enthalten. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Weitere Presseinformationen:

Christiane Denecke

Marketing & Vertrieb

Bayerisches Staatsbad Bad Steben GmbH

Badstraße 31 • 95138 Bad Steben

Telefon 09288/960-63 • Fax 09288/960-52

E-Mail: christiane.denecke@bad-steben.de [1] • www.therme-bad-steben.de [2]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:53): <http://medkom24.eu/node/17273>

Links:

[1] <mailto:christiane.denecke@bad-steben.de>

[2] <http://www.therme-bad-steben.de>



Aqua-Zumba in der Therme Bad Steben

Veröffentlicht auf medcom24 (<http://medkom24.eu>)
