

## SV Brokdorf bietet erstmals Zumba-Workshop

**BROKDORF** Am Sonnabend, 10. Dezember, ab 15.30 Uhr wird es in der Sporthalle in Brokdorf den ersten Zumba-Workshop, organisiert vom SV Brokdorf, geben. Dabei handelt es sich um ein tänzerisches Herz-Kreislauf-Training, bei dem jeder in jedem Alter ohne Vorkenntnisse mitmachen kann und das am Ende in eine Zumba-Party mündet. Zumba ist kolumbianischen Ursprungs. Ein

Tanzfitnessprogramm zu lateinamerikanischer Musik.

Zumba-Workshop-Leiter ist **Axel Krieger** (Foto) aus Heiligenstedten, der den Zumba-Instructor-Lehrgang im Oktober 2011 in Hamburg absolvierte.

Zum Workshop mitzubringen ist viel zu trinken, ein Handtuch, Turnschuhe und



bequeme, gemütliche Sportkleidung. Der Kostenbeitrag beträgt 5 Euro. Teilnehmen können übrigens auch Nichtmitglieder des SV Brokdorf. Da mit großer Resonanz gerechnet wird – die Veranstalter hoffen auch auf viele teilnehmende Männer –, wird um Anmeldung unter 04829/9027985 gebeten.

sh:z

> Nähere Infos unter [www.svbrokdorf.de](http://www.svbrokdorf.de) und [www.axelkrieger.com](http://www.axelkrieger.com)