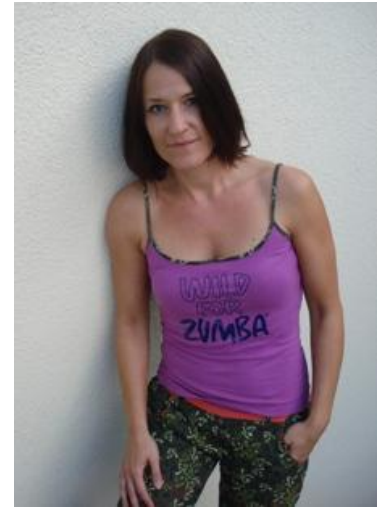


Sandra (Aushilfsinstructorin ZUMBA® Fitness)

- Seit vielen Jahren bin ich ein grosser Group-Fitness-Fan. Ich besuche regelmässig die unterschiedlichsten Stunden, Yogta, Body-Pump, Step, Pilates, Cardio-Dance, etc. Die ruhigen Stunden haben mir immer sehr gefallen, mir einen Ausgleich gegeben. Bei den Ausdauer-Stundne war das aber schwieriger, irgendwie war nie das richtige für mich dabei und so war ich immer auf der Suche und habe viel Neues ausprobiert.
- Im Frühjahr 2010 nahm ich an der ersten Zumba-Fitness-Party teil. Exotische Musik schallte aus den Lautsprechern, Partystimmung kam auf und weckte den Drang zu tanzen. Als begeisterte Salsa-Tänzerin weckten die Rythmen in mir Erinnerungen an vergangene Salsa-Tanzabende. Eine Bewegung folgte der nächsten und ein Lied auf das andere. Trotz sichtlicher Anstrengung ging ein Strahlen über die Gesichter der vielen Teilnehmerinnen und auch über meins.
- **«Zumba-Fieber» ist ansteckend!** Ich habe mich sofort angesteckt, so stark, dass ich die Instruktoeren-Ausbildung einfach machen musste! Ich freu mich, wenn ich Euch mit dem Zumba-Virus ebenfalls anstecken darf.



Ausbildungen

Mai 2011, ZUMBA Basic Instructor 1