

[Y'a de la zumba dans l'air !](#)

Samedi 20 janvier au Minotaure.

Inventé par un professeur de Fitness Beto Perez, de Miami pour ses clientes Star, la **ZUMBA** fait appel à des pas chorégraphiés sur de la musique au rythmes endiablés.

Cette nouvelle discipline fait travailler le cardio, les muscles, abdos, cuisses, fesses tout en dansant et en s'amusant.

Néanmoins, le mieux reste de vous inscrire à cette géante partie de danse qui se passera dimanche 20 janvier au Minotaure à Vendôme et de découvrir l'univers Zumba animé par des profs spécialisés de l'Espace Forme de Vendôme !

Ambiance, technique, expression du corps et surtout bonne humeur et rires assurés ! Les cours sont ensuite dispensés (plusieurs horaires par semaine sur place) à l'Espace Forme au Centre E. Leclerc de Vendôme au-dessus de la Cafétéria.

Inscription et renseignements : 02 54 77 15 06