

EV-WE-005-1-1 Zumba® für Endometriosebetroffene**SEMINARBESCHREIBUNG**

Zumba® ist ein Tanzfitnessprogramm aus einer Mischung von lateinamerikanischer und internationaler Musik. Das Programm vereint Fitness und Lebensfreude und gehört seit 2001 zu den erfolgreichsten Formaten im Tanzfitnessbereich und bewegt und begeistert inzwischen mehr als 15 Millionen Menschen in über 180 Ländern.

Zumba® Fitness ist ein Ganzkörper-Workout das Spaß macht und durch die Kombination von Bewegungen mit niedriger und hoher Intensität das Herz-Kreislauf-System stärkt. Schnelle Schritt-kombinationen erhöhen nicht nur den Puls, sondern trainieren auch die Koordinationsfähigkeit. Die Bewegungen, aber auch die Intensitäten können individuell von den Teilnehmern*innen an ihre Bedürfnisse angepasst werden.

Zumba® Fitness ist für jedes Fitnesslevel geeignet und erfordert keinerlei Vorkenntnisse. Der Spaßfaktor und die Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund.

Ablauf des Workshops:

- > 13:00 Uhr Begrüßung und kurze Einführung
- > 13:10 Uhr 60min Zumba® Fitness
- > 14:10 Uhr Ausklang mit Fragerunde

Bitte beachten Sie zu dieser Veranstaltung, dass Buchungen nur bis 4 Tage vor Veranstaltungsbeginn angenommen werden können.

SEMINARINHALTE

UNSERE SEMINARMETHODEN

	 Öffentliches Seminar	 Individual Seminar	 Inhouse Seminar
Dauer	2 Tage	1 Tag	Nach Absprache
Teilnehmerkreis	Offene Gruppe	Einzelcoaching	Firmenschulung
Garantierte Durchführung*	✓	✓	✓
Bundesweit verfügbar	✓	✓	✓
Monatlich buchbar	✓	✓	✓
Personalisiertes Zertifikat	✓	✓	✓
Mittags- und Pausenverpflegung vor Ort	✓	✓	
Professionelle Seminarunterlagen	✓	✓	✓
Bei Ihnen vor Ort (optional ohne Aufpreis)		✓	✓
Berücksichtigung Ihres Wunschtermins		✓	✓
Persönliches Vorgespräch zum Dozenten		✓	✓
Schwerpunkt liegt auf Ihrer Branche		✓	✓
Individuelle Seminarinhalte		✓	✓
Höchste Diskretion und Datenschutz		✓	✓
Persönliche Nachbetreuung		✓	✓
Einplanung Ihrer Vorgaben zur Seminardauer			✓

* Wir garantieren eine Durchführung unserer öffentlichen Seminare bereits ab einer Mindestteilnehmerzahl von 2 Personen. Nähere Informationen zu den kommenden Garantieterminen erhalten Sie nach Auswahl des Ortes.

| SEMINARGEBÜHR

> Öffentliche Seminare / 8,40 € netto zzgl. MwSt.

Große Auswahl praxisnaher Themen im gesamten Bundesgebiet

Ideal geeignet für mehrere Mitarbeiter eines Unternehmens, sowie für Privatkunden, die sich selektiv weiterbilden möchten. Ihnen stehen monatlich **über 160 Seminare an 12 Lernumgebungen** im gesamten Bundesgebiet zur Auswahl.

> Individuelle Seminare / 8,40 € netto zzgl. MwSt.

Maximaler Lernerfolg & höchste Flexibilität im Einzelcoaching

Nehmen Sie an den Vorträgen und Workshops teil, **von wo Sie wollen**. Sie können sich über PC, Laptop, Tablet oder Smartphone einwählen.

> Inhouse-Seminare / Preis auf Anfrage

Maximaler Lernerfolg & höchste Flexibilität für Ihr Unternehmen

Optimal für Unternehmen, die Ihren Mitarbeitern gezielte Trainings anbieten möchten. Es werden nur Themen behandelt, die im Vorfeld mit Ihnen definiert wurden. Jedes Angebot wird **individuell auf die Anforderungen Ihres Unternehmens** hin kalkuliert.

Falls Sie Fragen haben oder weitere Informationen Wünschen zögern Sie nicht uns zu kontaktieren.

Telefon: +49 (0)89 89559805

Telefax: +49 (0)89 87577306

eMail: kontakt@SEMINAR-INSTITUT.de

www.seminar-institut.de