

**Fysioterapeuterne**

FYSIOTERAPI OG TRÆNING



**FYSIO ZUMBA**

TRÆNING TIL GOD MUSIK

# FYSIO ZUMBA

Fysio Zumba er for dig der kan lide at bevæge sig til musik og det er for ALLE.

HER VEJLEDES DU I:

- At bevæge dig så hensigtsmæssigt DU kan i forhold til eventuelle fysiske problemer og det er DIG der bestemmer hvor meget DU kan.
- Fysio Zumba har i hovedtræk 4 forskellige trin der sættes sammen til en lille dans. Forskellige variationer kan dog forekomme.
- Samtidig med at man træner kroppen træner man sine grinemuskler :-)

Det vil være muligt med online tilmelding da man skal være medlem (10 turs kort).

Fysioterapeuterne  
Slotsgade 3 • 7800 Skive  
Tlf: 97 52 40 40 • [fysioterapeuterne@gmail.com](mailto:fysioterapeuterne@gmail.com)  
[www.Fysioterapeuterne.nu](http://www.Fysioterapeuterne.nu)