

Zumba för dig som har en synnedsättning

Vi kommer starta igång Zumba för personer med nedsatt syn bosatta i Stockholms län. En unik möjlighet för dig som har en synnedsättning att få träna på ett roligt och lustfyllt sätt.

Det kommer vara på onsdagar kl 17:30- cirka 18:30 med start 2 oktober.

Lokalen finns i Tullinge Kvällsvägen 1 (ingång vid ABF:s fritidsgård)

Avgift: 650 kronor för 10 gånger.

Ledsagare gratis.

Det kan vara max 20 deltagare och minst 10 personer så anmäl dig snarast men senast 16 september till Iréne Cederborg tel 0734-218570, mail: irene.cederborg@botkyrka.se

Tränaren heter Carlos Ibanez och har en egen hemsida www.zumba4u.se där Du kan få mer information om Zumba.

Zumbapasset är som ett vanligt Zumbapass men med tydliga muntliga instruktioner där Carlos kommer anpassa träningen efter gruppdeltagarna.

Zumban är ett samarbete mellan kultur och fritidsförvaltningen Botkyrka kommun och Carlos Ibanez.

Välkommen



