

Zumba®

Êtes-vous prêt à faire la fête pour être en forme? Oubliez les séances d'exercices et laissez-vous entraîner par la musique pour garder le tonus avec le tout premier programme de danse-fitness. Les cours de Zumba® offrent des rythmes exotiques sur fond de rythmes latins et internationaux bourrés d'énergie. Avant même de vous en rendre compte, vous retrouverez la forme et ferez le plein d'énergie ! C'est facile, efficace et absolument exaltant.

Titi, Gillou, Emma et Cathy vous accueilleront sur différents créneaux (presque tous les jours) dans la joie et le plaisir !

