



# ASKÖ Bewegungsangebot: Zumba ®

**12.05.2025, 17:00 – 18:00**

Einfach mitmachen!

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness-Workout und integriert Grundprinzipien von Aerobic, Intervall- und Widerstandstraining um die Fettverbrennung zu maximieren und das Herz und den Kreislauf zu stärken. Mehr Infos & Termine auf [wig.or.at/termine](http://wig.or.at/termine)

**Ort:** Matznerpark

**Adresse:** Asphaltplatz bei Zugang Goldschlagstr./Matznergasse, 1140 Wien

**Veranstalter:** Klub Liebhartstal Events Veranstalter: ASKÖ WAT WIEN

## **GESUNDE BEWEGUNG ERLEBEN**

Lernen Sie gratis Bewegungsangebote im Bezirk kennen und probieren Sie gemeinsam mit anderen eine neue Sportart aus: Bei den kostenlosen Mitmachaktivitäten der Wiener Gesundheitsförderung – WiG. Einfach hingehen und mitmachen – keine Anmeldung nötig! Die Trainings werden von erfahrenen Übungsleiter\*innen geleitet und finden im Freien statt (z. B. in Parks und an anderen öffentlichen Plätzen). Kommen Sie vorbei! Die Teilnahme ist gratis, ohne Anmeldung und ohne Vorkenntnisse möglich!

**Wir freuen uns auf Sie!**

Plätze: **unbegrenzt**