



Zumba-Kurs hat den Kindern viel Spaß gemacht

Die BE-Gruppe „Gottenheims Kinder“ hatte im Spätherbst 2013 in Zusammenarbeit mit Isabella Lutz-Herzog aus Gottenheim zwei Zumba-Kurse für Kinder und Jugendliche angeboten. Die Mädchen und Jungs zwischen 6 und 15 Jahren konnten dabei sechs Wochen lang auf lateinamerikanische Musik die Hüften kreisen lassen und hatten dabei richtig viel Spaß haben. Die Idee für diesen Kurs kam von der BE-Gruppe „Gottenheims Kinder“, die schon vor den Sommerferien 2013 mit Zumba@Instructorin Isabella Lutz-Herzog in Kontakt getreten war. Im Vordergrund standen bei dem sportlichen Angebot die Lust an der Bewegung und das Umsetzen der Musik in Bewegung. „In zwei Gruppen (Kinder und Jugendliche) haben wir während der Stunden verschiedene Choreos meist zu lateinamerikanischer Musik umgesetzt. Es wurde viel gelacht und ganz nebenbei auch noch gezielt die Koordination im Zusammenspiel der verschiedenen Körperzonen in den Vordergrund gestellt“, erzählt Zumba-Instructorin Isabella Lutz-Herzog. Ein Folgekurs soll in Kürze angeboten werden.

RK/Fotos: privat