

Zumba párty ako sa patrí

Športová hala T-18 na Plavisku patrila v ostatné štvrtkové popoludnie rytmickej hudbe, pôsobivému pohybu a ženskej kráse. Všetko toto ponúkala Zumba párty, ktorú pri príležitosti Dňa študentstva pripravilo oddelenie kultúry a estetiky Centra voľného času Elán v Ružomberku.

Asi šesť desiatok dievčat a žien absolvovalo tri hodinovky cvičení pod taktovkou inštruktoriek Majky, Lucky a Lenky, každá z nich režírovala dianie na palubovke podľa vlastnej choreografie. Nešlo o súťažné podujatie, nezáležalo ani na tom, kto vydrží až do konca „maratónu“, alebo si na chvíľku oddýchne. Cieľom bolo pohybové vyžitie sa a po odznení posledného tónu z reproduktora príjemný pocit každej z cvičeniek, že urobila kus užitočného pre svoje telo i dušu. Únavu po cvičení bola samozrejmä, veď prepotené tričká sa dali žmýkať, avšak úsmev sa nevyhol ani jednej tvári.

Zumba si najmä u mladej generácie získala v ostatnom období u nás veľkú popularitu. Cvičenie kombinuje latinskoamerické tance s fitness prvkami.