



Julzumba hölls i Sporthallen

Zumbagymnastik har gjort succé i Sverige och sedan i våras finns det också i Tibro.

Zumba är en dansinspirerad träning som passar för både killar och tjejer. Den här formen av gymnastik grundades på 1990-talet av en sydamerikan kallad Beto.

– Den består av olika dansstilar, till exempel samba, reagge, hiphop och rock'n'roll. säger Lena Edman som

Gymnastikföreningen arrangerade julzumba i Sporthallen.

FOTO: BÖRJE SAHLÉN

tillsammans med Eva Haak leder de grupper som Tibro gymnastikförening har.

Mellan 60 och 80 personer brukar komma till varje pass så zumba har blivit jättepopulärt bland Tibroborna. Nu inför julen anordnades julzumba med julgodis och tomt i Sporthallen. Men i vanliga fall håller man till i Nyboskolan.

– Med zumba tränar man hela kroppen – från topp till tå – samtidigt som man dansar. Eftersom det är så roligt så känner man knappt att det är träning, säger Lena Edman.

Lena, som också har varit ute och tränat hockeykillar, tillägger att intres-

set för zumba bland killar är på väg uppåt.

BÖRJE SAHLÉN