



GLÄDJE OCH DANS. Juha Takkinen visar sann zumbaglädje.

Foto: Mikael Grahn



ENTUSIASM. Carolita Vega instruerar sina elever.



UPPÅT STRÄCK. Hela kroppen ska röra sig.



FOKUS. Alla danssteg ska göras korrekt.



DELTAGARE. Gisela Uhlhorn är väldigt glad över att vara med.



LEDAREN. Juha Takkinen håller i taktpinnen.

Juha skapar zumbaglädje

MOTALA

På söndagen anordnades ett zumbamaraton på Södergården. Dansglädjen i lokalen gick inte att ta miste på.

Zumba är en företeelse som har funnits i ett par år. Det är en träningsform där grundstegen i danserna salsa, merengue, cumbia och reggaeton blandas med bland annat andra latinamerikanska

danser och radiohits. Men de fyra förstnämnda danserna är grunden.

– De måste alltid finnas med i ett pass, säger Juha Takkinen som är en av träningsledarna här.

Han har varit fitnessinstruktör i 17 år och när zumban kom för ett par år sedan kände han att han ville hoppa på det tåget.

Man måste nämligen vara licensierad och utbildad zumbainstruktör för att hålla i sådana klasser.

– Jag älskar latinamerikansk musik, säger Juha Takkinen.

Att hålla i zumbamaraton är också roligt.

– Det är kul att samla folket, svettas och ha kul tillsammans, menar han.

En del medverkande är nybörjare och verkar ha lite svårt att hänga med i instruktörens viftande och

” Jag bjöd in alla mina släktingar och ingen är här. Ingen vågade.

Karin Wase

danssteg. Men deltagarna på passet verkar instämma i glädjespekten av denna träningsform, speciellt blandningen av de olika stilarna.

– Jättekul att få vara olika karaktärer, att hålla på med olika stilar, säger deltagaren Gisela Uhlhorn med glädje.

Maratonet höll på med olika pass mellan klockan 13 och 16 på söndagen, så för den som orkade hela tiden kunde man nog både passa på att

ha roligt och bränna lite fett. För det är det som många som dansar zumba menar är själva poängen med träningsformen – man har kul. Några missade dock glädjen med att dansa zumba.

– Jag bjöd in alla mina släktingar och ingen är här. Ingen vågade, skämtar Karin Wase.

Jonas Carlsson

0141-22 36 00

jonas.carlsson@mvt.se