

Zumba i Åsundahallen med Juha Takkinen

”En bra motionsform för de som egentligen inte gillar att träna”



Juha Takkinen är en uppskattad zumbainstruktör.

RIMFORSA

Juha Takkinen är en uppskattad zumbainstruktör runt om i Östergötland. I söndags ville Korpen Kinda ge sina medlemmar något riktigt speciellt och hyrde därför Juha som zumbainstruktör. Cirka 40 personer deltog och dansade loss till musiken.

Juha Takkinen är född i Finland, men är nu hemmastadd i Linköping. Han är personlig tränare och har varit zumbainstruktör i två år.

Dansa loss

Juha har hållit på med gympa och aerobics i hela 15 år och jobbar med detta på heltid.

– Zumba är bra för de som egentligen inte gillar att träna. Det går ju ut på att dansa loss och först efteråt märker man att det faktiskt var jobbigt. Det är den enda träningsformen där man inte pratar om vilka muskler det är man tränar, säger Juha Takkinen medan han



Ett 40-tal människor dansade loss i Åsundahallen. Foto: Dennis Petersson

väntar på att deltagarna ska göra sig redo.

Suktar efter zumba

Zumba har vuxit något enormt de senaste åren världen över. Juha berättar att han jobbar en hel

del i Motala där invånarna bara sukter efter zumba. Från och med i maj kommer Juha att köra ett zumbaprogram i Gamla Linköping på dansbanan en gång i veckan. Det kommer vara ett program

för hela familjen där gammal som ung kan delta.

Ny styrelse

Kinda Korpen har nyligen röstat fram en helt ny styrelse som är i full gång med ett stort arbete som

ska göra föreningen större. Korpen har utvecklats mycket i Rimforsa och nu ska de försöka ge sig på Kisa. Genom att erbjuda aktiviteter som zumbapasset med Juha Takkinen ska föreningen öka antalet medlemmar.

– Vi vill bli sedda i samhället och visa upp oss. Det kommer komma mer från oss i framtiden, säger Helena Vaerneus som är hälsopedagog i Korpen Kinda.

Mjuka rörelser

Ett 40-tal människor deltog på passet och en av dem var Janice Stömberg. Hon dansar inte zumba så ofta, men tycker det är väldigt kul när hon väl gör det.

– Zumba är bra för det är endast mjuka rörelser och man slipper det statiska arbetet. Det ska synas att man har kul när man dansar och det syns verkligen på Juha, han är en riktigt bra instruktör, säger Janice.

Dennis Petersson