**Dansen**

### Zumba lessen

**Buurthuis Mandelaplein**

Mandelaplein 1

2572 HT Den Haag

Zumba met Narelle Thomas

T 06 41 13 99 65

E [info@narellethomas.nl](mailto:info@narellethomas.nl)

Lessen op maandag 17.30-18.30u.

**Danscentrum Salseros**

Zumba fitness

Zuidlarenstraat 57 (Gebouw Zuid 57 bij Theater Dakota)

2545 VP Den Haag

06 27 28 16 87

Kosten: €130,- voor 10 lessen

<https://www.salseros.nl/>

**Dansschool Pretima Ke Dewashrie**.

Doe gezellig mee met een energiek fitnessprogramma dat is gebaseerd op Latijns-Amerikaanse dans, zoals de salsa, merengue, axé, samba en cumbia. We werken daarnaast ook aan onze conditie en uithoudingsvermogen. Gratis proefles.

Laaktheater

Ferrandweg 4-T

2523 XT Den Haag

Poernima Gobardhan, 06 41 35 22 34 (in Laak)

Zie website voor meer info en kosten <https://dansschoolpretimakedewashrie.nl/> werkt ook met Ooievaarspas.

**Diana Meijer Dance en showbizz academie**

[AANBOD – Diana Meijer](https://dianameijer.nl/aanbod/)

Westduinweg 214,

2583 AJ Den Haag

070 737 05 98

[info@dianameijer.nl](mailto:info@dianameijer.nl)

Diana Meijer werkt ook met Ooievaarspas.

<https://dianameijer.nl/>

**Fit for free**

Diverse opties voor Zumbalessen op verschillende locaties. Zie <https://www.fitforfree.nl/groepslessen/dans>

8 locaties in Den Haag Zie <https://www.fitforfree.nl/den-haag>

B.v. Waldeck Pyrmontkade De Grote Pyr,

Waldeck Pyrmontkade 116 (door het hek en dan door de poort, rechts is de ingang),

2518 JR  Den Haag.

070 362 6724

Kosten: via lidmaatschap en abonnement. Zie <https://www.fitforfree.nl/nl/abonnementen>

<https://www.fitforfree.nl/sportschool/den-haag>

**Musicon**,

Soestdijksekade 345,

2574 AL Den Haag,

070 368 68 00

Latin night. Elke donderdagavond kan je bij Musicon losgaan op een exotische Latin mix van merengue, salsa, bachata en kizomba. Laat je meenemen op de dansvloer voor de nodige heupwiegerij of geniet lekker van de muziek met een drankje!

€3,- per keer, zie <https://musicon.nl/event/latin-night-merengue-salsa-bachata-kizomba-14/>

<https://musicon.nl/>

**Wijkz**

**Wijkcentrum Escampade**

Escamplaan 61F

2547 GA Den Haag

070 205 23 60

Zumba lessen, maandag en donderdag, 19-20 uur, Sylvia 06 25 18 25 94, Gratis

Zumba/fitness, woensdag 10:45-11:45, Peter 06 53 95 42 25, Gratis

Yoga dance, vrijdag 09:30-10:30, Djamila, 06 19 56 13 46, €10,- per maand

[wijkcentrumescampade@wijkz.nl](mailto:wijkcentrumescampade@wijkz.nl)

**De sociale kaart van de Gemeente Den Haag** veel opties voor dansen met een bewegingsbeperking. Zie <https://www.socialekaartdenhaag.nl/zoek/dansen>

Mail je aanvullingen naar [info@haagssteunsysteem.nl](mailto:info@haagssteunsysteem.nl) o.v.v. Dansen.