**Kom deg opp av sofaen!**

Se bildene og la deg inspirere av treningsglade jenter i flott treningstøy. Neste gang er det din tur til å komme deg opp av sofaen og swinge deg i dansen, eller noe annet du liker.

Det er tid for zumbatur nummer 3 til Kemer i Tyrkia.

Vi er noen av de samme jentene og endel nye. Danseinstruktør Charlotte Garrett leder an også denne gang på Moonlight Beach hver morgen kl. 0800.

Heftige rytmer fyller strandområdet. Det er mye danseglede og godt humør blant jentene. Solen kommer, og det blir stadig varmere.

Jeg må kaste skjorta. Går heldigvis bra med trenings-bh under.

Tøy og bøy,og pust ut - har vi danset en time, klokken er nå 0900 og vi er gode, svette og varme… og klar for morgenbad i havet.

For første gang prøver jeg å danse i løpeskjørt. Det er veldig kort, og vanskelig å posere i… men veldig gøy å ha på seg knallrosa skjørt i stedetfor de sorte eller grå tightsene jeg vanligvis bruker.

Vi danser i hotellets diskotek hver kveld kl 1800. Her tester jeg ut en splitter ny løpekjole. De andre jentene er superflotte i mye sprekt tøy og mange handler nye treningsssko og treningstøy på Nike-butikken i Kemer. De kjenner oss her, og møter oss med et smil hver gang vi kommer: ”Youre dancing with Charlotte. Nice.”

Her er jeg klar for gallaaften med langt skjørt, som jeg nesten aldri bruker. Jeg er en kort skjørt-dame. Men fotografen ba om å få ta dette bildet, og da var det bare å posere. ;)

På gjensyn, Kemer.

<https://www.youtube.com/watch?v=3AnUFUrxaS8>

Tekst: Tine Holm

Foto: Bekir Kizilay (fotograf hos Viking Star hotell, Kemer)