

V2805 Ballett-Workout - Ganzkörpertraining für Erwachsene und Jugendliche

Beginn	Mittwoch, 24.09.2025, 17:00 - 18:00 Uhr
Kursgebühr	86,00 €
Dauer	12x
Kursleitung	Judith Arndt
Informationen	Gymnastikkleidung und -schuhe (mit Ledersohle).
Kursort	, Adalbert-Stifter-Str. 17a, 83301 Traunreut

Ballett verbindet Bodystyling und Fitness, Eleganz und Konzentration. Die Arbeit an der Stange ist ein hervorragendes Training für eine schlanke Muskulatur im Oberschenkel- und Pobereich. Der Kurs dient der Erhaltung von Beweglichkeit. Für jedes Alter! Für Anfänger/innen und leicht Geübte geeignet.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
24.09.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
01.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
08.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
15.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
22.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
29.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
12.11.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
19.11.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
26.11.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
03.12.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
10.12.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
17.12.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut

[zur Kursdetail-Seite](#)