

W3324 Dance Aerobic

Beginn	Sonntag, 18.01.2026, 19:15 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	75,00 €
Dauer	10x
Kursleitung	Carina Weppner
Informationen	bequeme Kleidung, Yogamatte, Decke, evtl. Yogablock, Getränk.
Kursort	, Johann-Hinrich-Wichern-Str. 7, 83301 Traunreut

Dance Aerobic ist pure Lebensfreude in Bewegung! Mitreißende Musik, einfache Tanzschritte und dynamische Aerobic-Elemente bringen Sie ins Schwitzen und lassen gleichzeitig den Spaßfaktor aufdrehen. Ihr Herz-Kreislauf-System wird gestärkt, die Ausdauer verbessert – und ganz nebenbei verbrennen Sie Kalorien, und zwar mit einem Lächeln im Gesicht. Ob Anfängerin, Anfänger oder Tanzprofi – die Schritte sind leicht erlernbar und sorgen für gute Laune von der ersten Minute an. Dieser Kurs ist Ihr perfekter Mix aus Fitness und Tanzparty, bei dem Sie sich auspowern, Stress loslassen und Ihre Energie neu aufladen können. Nach jeder Einheit fühlen Sie sich fit, glücklich und voller Power – fast so, als wären Sie gerade von der Tanzfläche gekommen!

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
18.01.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
25.01.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
01.02.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
08.02.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
15.02.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
22.02.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
01.03.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
08.03.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
15.03.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7
22.03.2026	19:15 - 20:00 Uhr	Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7

[zur Kursdetail-Seite](#)