

W3354 Ski- und Konditionstraining

| | |
|---------------|--|
| Beginn | Freitag, 09.01.2026, 17:30 - 19:00 Uhr |
| Kursgebühr | 95,00 € |
| Dauer | 10x |
| Kursleitung | Katharina Wacker |
| Informationen | Getränk, Handtuch. |
| Kursort | , Adalbert-Stifter-Str. 17a, 83301 Traunreut |

Sie möchten Ihre Kondition verbessern, die Hauptmuskelgruppen kräftigen, dehnen und am Ende gut "durchgearbeitet", frohgelaut ins Wochenende gehen? Dieses Ziel steuert der Kurs an! Das Fitnessprogramm beinhaltet ein Bodyshaping-Programm, insbesondere für die Bereiche Arme, Brust, Bauch, Po und Beine.

Termine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|------------|-------------------|--|
| 09.01.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 16.01.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 23.01.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 30.01.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 06.02.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 13.02.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 27.02.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 06.03.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 13.03.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |
| 20.03.2026 | 17:30 - 19:00 Uhr | Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut |

[zur Kursdetail-Seite](#)