

X2805 Ballett-Workout - Ganzkörpertraining für Erwachsene und Jugendliche

Beginn	Mittwoch, 23.09.2026, 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
23.09.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
30.09.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
07.10.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
14.10.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
21.10.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
28.10.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
11.11.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
18.11.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
25.11.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
02.12.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
09.12.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
16.12.2026	17:00 - 18:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut

[zur Kursdetail-Seite](#)