

X3354 Ski- und Konditionstraining

Beginn	Freitag, 02.10.2026, 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
02.10.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
09.10.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
16.10.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
23.10.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
30.10.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
13.11.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
20.11.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
27.11.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
04.12.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut
11.12.2026	17:30 - 19:00 Uhr	Hallenbad, Gymnastikraum, Adalbert-Stifter-Str. 17a, Traunreut

[zur Kursdetail-Seite](#)