

Kurstage für Kurs 252302363 (Jumping®-Fitness)

Jumping Fitness ist ein Ganzkörper-Workout auf dem Trampolin bei dem Bauch, Beine, Po, Arme, aber auch die gesamte Rumpfmuskulatur beansprucht wird. Das musikalische Fitnesstraining stärkt die Körperkoordination, kräftigt und trainiert die Ausdauer.

Datum	Uhrzeit	Ort
15.01.2026	18:20 - 19:05 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
22.01.2026	18:20 - 19:05 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
29.01.2026	18:20 - 19:05 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
05.02.2026	18:20 - 19:05 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
19.02.2026	18:20 - 19:05 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
26.02.2026	18:20 - 19:05 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
05.03.2026	18:20 - 19:05 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
12.03.2026	18:20 - 19:05 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A