

# Kurstage für Kurs 252302394 (Aroha® für Fortgeschrittene)

Inspiriert von den Kampftänzen der neuseeländischen Maori, vom Kung-Fu mit der Kontrolle in An- und Entspannung und vom Tai Chi mit seinen runden fließenden Bewegungen, hilft Aroha®, Aggressionen und Stress abzubauen. Mit speziell dazu entwickelter Musik im 3/4-Takt zeichnet sich dieses Training außerdem durch starke, kraftbetonte Abläufe und anschließende weiche Bewegungen aus.

Datum	Uhrzeit	Ort
03.02.2026	17:20 - 18:20 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
10.02.2026	17:20 - 18:20 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
24.02.2026	17:20 - 18:20 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
03.03.2026	17:20 - 18:20 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
10.03.2026	17:20 - 18:20 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
17.03.2026 Z	17:20 - 18:20 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
24.03.2026 Z	17:20 - 18:20 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A
31.03.2026 Z	17:20 - 18:20 Uhr	Offenburg Okenstr. 25 A