

Kurstage für Kurs 261302510 (Fitnessgymnastik)

In diesem Kurs bringen Sie Ihren Körper und Organismus mit moderner Musik wieder richtig in Schwung. Die verschiedenen Ganzkörperübungen verbessern Ihre Ausdauer und Kondition. Nebenbei wird Ihre Beweglichkeit wiederhergestellt und Sie können mit Entspannungsübungen neue Kraft schöpfen.

Datum	Uhrzeit	Ort
16.04.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
23.04.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
30.04.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
07.05.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
21.05.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
11.06.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
18.06.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
25.06.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
02.07.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
09.07.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
16.07.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung
23.07.2026	18:30 - 19:30 Uhr	Offenburg Vhs 114 Bewegung