

A2509560 Fitnessgymnastik

Beginn Dienstag, 28.01.2025, 19:30 - 20:30 Uhr

Kursgebühr 57,60 €

Dauer 18 Termine

Kursleitung Nadin Kreißl

Kursort , Kirchstr., 51580 Reichshof-Hunsheim

Sie erlernen Übungen, um Kondition und Koordination zu verbessern sowie den ganzen Körper durch gezieltes Muskelaufbautraining zu trainieren.

Eine abschließende Stretchingeinheit entspannt und leitet einen "Cool-Down" für unseren Körper und unsere Muskulatur ein.

Bitte bringen Sie eine Gymnastikmatte mit zum Kurs.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
28.01.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
04.02.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
11.02.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
18.02.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
25.02.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
11.03.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
18.03.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
25.03.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
01.04.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
08.04.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
29.04.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
06.05.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
13.05.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
20.05.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
27.05.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
03.06.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
17.06.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.
24.06.2025	19:30 - 20:30 Uhr	Reichshof, Ev. Gemeindehaus Hunsheim, Kirchstr.