

C3254 Bauch-Beine-Po

Beginn	Montag, 29.09.2025, 18:00 - 19:00 Uhr
Kursgebühr	83,00 €
Dauer	15 Termine
Kursleitung	Ellen Stamer
Kursort	USH, BHF, Gym, Anna-Wimschneider-Str. 3, 85716 Unterschleißheim

Starke Muskeln straffen das Gewebe. Die Kräftigungsübungen der typischen genannten "Problemzonen" bei flotter Musik zeigen raschen Erfolg und machen obendrein Spaß. Bitte Matte und feste Turnschuhe mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
29.09.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
06.10.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
13.10.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
20.10.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
27.10.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
10.11.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
17.11.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
24.11.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
01.12.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
15.12.2025	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
12.01.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
19.01.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
26.01.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
02.02.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle
09.02.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Unterschleißheim, BallhausForum, Gymnastikhalle

[zur Kursdetail-Seite](#)