

## C3271 Body Shape

Beginn	Mittwoch, 01.10.2025, 20:05 - 21:05 Uhr
Kursgebühr	83,00 €
Dauer	15 Termine
Kursleitung	Ria Conradi
Kursort	IS, KBZ, V 2.04 Tanzsaal, Mühlenstraße 15, 85737 Ismaning

Body Shape sind effektive Übungen für Bauch, Beine und Oberkörper in Verbindung mit Musik. Es werden eine Vielzahl an Muskeln gefordert und es verlangt Ausdauer und Körpergefühl. Mit den richtigen Übungen macht das Fettverbrennen nicht nur Spaß, sondern Sie unterstützen auch Ihre Kondition und steigern Agilität und Körperbalance. Bitte feste Hallenschuhe mitbringen.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
01.10.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
08.10.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
15.10.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
22.10.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
29.10.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
12.11.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
19.11.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
26.11.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
03.12.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
10.12.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
17.12.2025	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
07.01.2026	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
14.01.2026	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
21.01.2026	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
04.02.2026	20:05 - 21:05 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04

[zur Kursdetail-Seite](#)