

C3292A Piloxing®

Beginn	Dienstag, 23.09.2025, 20:00 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	83,00 €
Dauer	15 Termine
Kursleitung	Irina Dimitrova
Kursort	IS, KBZ, V 2.04 Tanzsaal, Mühlenstraße 15, 85737 Ismaning

PILOXING® vereint Elemente aus Boxen, Pilates und Tanz zu einem mitreißenden Intervalltraining, das Fett verbrennt, die Muskulatur kräftigt und zu einer verbesserten Körperhaltung beiträgt. Obwohl speziell für Frauen entwickelt, sind natürlich auch Männer herzlich willkommen. Nach dem Kurs verfügen Sie über ein verbessertes Körper- und Selbstwertgefühl und kennen verschiedene Übungen, die Sie jederzeit auch zu Hause ausführen können, um Ihre allgemeine Fitness zu steigern und sich selbst etwas Gutes zu tun. Mitzubringen sind: Fitnesskleidung, rutschfeste Socken, Matte, Wasser.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
23.09.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
30.09.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
07.10.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
14.10.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
21.10.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
28.10.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
11.11.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
18.11.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
25.11.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
02.12.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
09.12.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
16.12.2025	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
13.01.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
20.01.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04
27.01.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Tanzsaal, V 2.04

[zur Kursdetail-Seite](#)