

## C3321 BallettFitness

Beginn Samstag, 24.01.2026, 11:15 - 12:15 Uhr

Kursgebühr 10,00 €

Dauer 1 Termin

Kursleitung Kathleen Ehrlich

Kursort US, Z, 010, Fitness, Landshuter Straße 20-22, 85716 Unterschleißheim

BallettFitness ist ein ballettorientiertes Workout zur Stärkung der Muskulatur und der Balance. Die Übungen werden zu leichten Choreographien zusammen gesetzt– Intensive Kraftübungen und leichte Flows bilden gemeinsam ein einzigartiges Workout.

Mit zu bringen sind: Fitnesskleidung, rutschfeste Socken (mit Noppen) Matte oder Decke, Handtuch, Wasser.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
-------	---------	-----

24.01.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum
------------	-------------------	--

[zur Kursdetail-Seite](#)