

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.

Mitzubringen 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](#)