

C3322 TheMix

Beginn	Samstag, 24.01.2026, 13:00 - 14:00 Uhr
Kursgebühr	10,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Kathleen Ehrlich
Kursort	US, Z, 010, Fitness, Landshuter Straße 20-22, 85716 Unterschleißheim

TheMIX ist ein Tanzworkout mit einfachen Choreographien zu cooler Musik. Die Moves werden direkt im Tanz-Mekka Los Angeles von führenden Choreographen kreiert und zu einem fordernden Workout zusammengestellt, das sowohl schweißtreibend als auch mitreißend ist und ganz nebenbei die gute Laune hebt. Die Schritte sind leicht zu erlernen, daher sind keine Vorkenntnisse erforderlich, nur Spaß und Lust an der Bewegung. Mitzubringen sind: Fitnesskleidung, rutschfeste Socken, Matte, Handtuch, Wasser.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
24.01.2026	13:00 - 14:00 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum

[zur Kursdetail-Seite](#)