

D3222 Balance Swing Training auf dem Minitrampolin

Beginn	Donnerstag, 26.02.2026, 17:45 - 18:45 Uhr
Kursgebühr	87,00 €
Dauer	15 Termine
Kursleitung	Kirsten Reiser
Kursort	IS, OFH, 1.Stock, Oskar-Messter-Str. 3, 85737 Ismaning

Das effektive Trampolintraining für alle! Mit Balance Swing bringt man seinen Körper in Form und hält sich fit, egal ob Anfänger oder Fitnessprofi. Das Programm vereint Ausdauertraining, Gleichgewichtstraining und Krafttraining und ist somit ganzheitlich. Und das Beste daran: Das Training auf dem Trampolin macht unglaublich Spaß! Es unterstützt beim Abnehmen und passt sich jedem Fitnesslevel an!

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.02.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
05.03.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
12.03.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
19.03.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
26.03.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
16.04.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
23.04.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
30.04.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
07.05.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
21.05.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
11.06.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
18.06.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
25.06.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
02.07.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum
09.07.2026	17:45 - 18:45 Uhr	Ismaning, Osterfeldhalle, Mehrzweckraum

[zur Kursdetail-Seite](#)