

D3312 Piloxing Special Day Piloxing Knockout

Beginn	Samstag, 14.03.2026, 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

PiloxingKnockout ist intensives Intervalltraining, welches Plyometrics, das heißt Sprung- und Bouncebewegungen mit Boxeinheiten kombiniert. Knockout geht über sechs Runden und wird dich an deine Grenzen führen. Nimmst du die Herausforderung an?

Mitzubringen sind: Fitnesskleidung, rutschfeste Socken, Matte, Handtuch, Wasser.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
14.03.2026	13:00 - 14:00 Uhr	Unterschleißheim, vhs-Zentrum, Raum 010, Fitnessraum

[zur Kursdetail-Seite](#)