

## Frauenpower in Dresden

Bereich	Allgemeine Weiterbildung
Preis	<b>99,00 €</b> (Inkl. 19% MwSt.)
Termin	03.09.2019 - 04.02.2020 Startzeit: 20:10 Uhr
Ort	Dresden
Angebot-Nr.	01667729

## Beschreibung des Angebotes

In diesem Kurs wird nach der Erwärmung das Herz-Kreislauf-System mit klassischen Aerobic-Schritten und mitreißender Musik in Schwung gebracht und so die Fettverbrennung aktiviert. Anschließend geht's an die intensive Kräftigung der Rückenmuskulatur sowie die Formung und Straffung von Bauch, Beinen und Po. Der Kurs endet mit der Dehnung der trainierten Muskulatur und einem angenehmen Entspannungsteil.

R.-Rolland-Gymn./Turnhalle, Weintraubenstr.

3




**vhs**  
Volkshochschule  
Dresden e.V.


 [0351/254400](tel:0351254400)

[Anbieter Infos](#)

**Ort**

**VHS Dresden**

 Annenstraße 10  
01067 Dresden  
Deutschland



 [0351/254400](tel:0351254400)

 0351/2544025

 [post@vhs-dresden.de](mailto:post@vhs-dresden.de)

 <http://www.vhs-dresden.de>

# Angebotsmerkmale

Form	Präsenzveranstaltung
Dauer	24 Stunden
Zielgruppe	Frauen
Sprache	deutsch
Zugangsvoraussetzungen	Bitte mitbringen: leichte Trainings- oder Laufschuhe mit wenig Profil, bequeme sportliche Kleidung, Getränk
Weitere Infos	<a href="#">Auf der Internetseite des Anbieters</a>

[Angebot via Autoimport aktualisiert am 14.11.2019](#)