

Fitnessmix in Dresden

Bereich	Allgemeine Weiterbildung
Preis	35,00 € (Inkl. 19% MwSt.)
Termin	09.01.2020 - 13.02.2020 Startzeit: 18:15 Uhr
Ort	Dresden
Angebot-Nr.	01667732

Beschreibung des Angebotes

Diese gesundheitsorientierte Fitnessgymnastik beinhaltet ein gezieltes Training zur Straffung der Muskulatur des gesamten Körpers, besonders aber an Bauch, Beinen und Po. Den "ungeliebten Polstern" wird in angenehmer Atmosphäre einer musikbegleiteten Körperarbeit zu Leibe gerückt, wobei sich die Körperpartien durch den Wechsel von Muskelanspannung und -entspannung festigen und "in Form" gebracht werden.

VHS, Annenstraße 10 * A2.08 Sport



vhs
Volkshochschule
Dresden e.V.

 [0351/254400](tel:0351254400)

[Anbieter Infos](#)

Ort

VHS Dresden

 Annenstraße 10
01067 Dresden
Deutschland


Ulmmarkt-Galerie Dresden

 [0351/254400](tel:0351254400)

 0351/2544025

 post@vhs-dresden.de

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

Angebotsmerkmale

Form	Präsenzveranstaltung
Dauer	8 Stunden
Zielgruppe	Erwachsene
Sprache	deutsch
Zugangsvoraussetzungen	Bitte mitbringen: Turnschuhe, Handtuch, Socken, Getränk
Weitere Infos	Auf der Internetseite des Anbieters

[Angebot via Autoimport aktualisiert am 22.08.2019](#)