

## Bauch und Rücken "Spezial" in Dresden

Bereich	Allgemeine Weiterbildung
Preis	<b>83,00 €</b> (Inkl. 19% MwSt.)
Termin	05.09.2019 - 23.01.2020 Startzeit: 19:15 Uhr
Ort	Dresden
Angebot-Nr.	01667740

### Beschreibung des Angebotes

Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches, wirkungsvolles Training, insbesondere zur gezielten Kräftigung und Straffung des Stütz- und Bewegungsapparates (Schwerpunkt: Bauch, Beine, Po und Rücken). Es dient der Verbesserung der Körperhaltung und der Beweglichkeit. Entspannungsübungen runden die Kursstunde ab.

TC Blau-Weiß Blasewitz, Vogesenweg 8

### Angebotsmerkmale

Form	Präsenzveranstaltung
Dauer	20 Stunden



**vhs**  
Volkshochschule  
Dresden e.V.

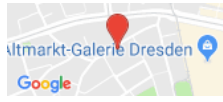
 [0351/254400](tel:0351/254400)

 [Anbieter Infos](#)

**Ort**

**VHS Dresden**

 Annenstraße 10  
01067 Dresden  
Deutschland



 [0351/254400](tel:0351/254400)

 0351/2544025

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

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

Zielgruppe	Erwachsene
Sprache	deutsch
Zugangsvoraussetzungen	Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Handtuch, Getränk
Weitere Infos	<a href="#">Auf der Internetseite des Anbieters</a>

[Angebot via Autoimport aktualisiert am 18.08.2019](#)