

## 261-4507 bodyART® nach Robert Steinbacher

|             |   |
|-------------|---|
| Beginn      | Mittwoch, 14.01.2026, 19:00 - 20:00 Uhr   |
| Kursgebühr  | 84,00 €   |
| Dauer       | 10 Termine  |
| Kursleitung | Barbara Fernsebner  |
| Kursort     | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Gymnastikraum, Seiboldsdorfer Mühle 7, 83278 Traunstein |

Ganzheitliches Körpertraining basierend auf den fünf Elementen der chinesischen Medizin - Erde, Holz, Feuer, Metall und Wasser. bodyART® verbindet Kraft, Flexibilität und Balance miteinander, es trainiert den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele. Das Training wird barfuß durchgeführt. Der Kurs ist auch für Anfänger\*innen geeignet.

**Bitte mitbringen:**

Sportkleidung, evtl. Matte, Handtuch, Getränk.

### Termine

| Datum      | Uhrzeit           | Ort   |
|------------|-------------------|---|
| 14.01.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 21.01.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 28.01.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 04.02.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 11.02.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 25.02.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 04.03.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 11.03.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 18.03.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |
| 25.03.2026 | 19:00 - 20:00 Uhr | vhs an der Seiboldsdorfer Mühle Traunstein, EG, Gymnastikraum |

[zur Kursdetail-Seite](#)