

J4404 Leichter leben - sich bewegen

Beginn	Dienstag, 23.09.2025, 17:00 - 18:00 Uhr
Kursgebühr	106,00 €
Dauer	11 Termine
Kursleitung	Erika Vitzthum
Kursort	Grundschule Haslach, Kampenwandstraße 40, 83278 Traunstein

Alternativgymnastik für aktive Senior*innen, die Freude und Spaß haben, sich nach Musik zu bewegen. Diese Gymnastik beinhaltet Übungen zur Förderung der Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer.

Bitte mitbringen:

Turnkleidung, Turnschuhe, evtl. Matte, Handtuch.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
23.09.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
30.09.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
07.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
14.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
21.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
28.10.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
11.11.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
18.11.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
25.11.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
02.12.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle
09.12.2025	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Haslach, Traunstein, Turnhalle

[zur Kursdetail-Seite](#)