

J6305 Move it! – Der Sportkurs nur für Teens

Beginn	Freitag, 10.10.2025, 15:00 - 16:00 Uhr
Kursgebühr	80,00 €
Dauer	8 Termine
Kursleitung	Jessica Kühn
Kursort	TI Vortragstraum, Salzburger Str. 32, 83329 Waging am See

Schule, Stress, Rückenschmerzen? Schluss damit!

In diesem Kurs heißt es erstmal: auspowern, den Kopf freikriegen und Energie tanken. Dann wird der Rücken gestärkt und zum Schluss gibt's Entspannung pur.

Perfekt, um fit und entspannt ins Wochenende zu starten!

Bitte mitbringen:

Matte, sportliche Kleidung, evtl. Getränk.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
10.10.2025	15:00 - 16:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
17.10.2025	15:00 - 16:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
24.10.2025	15:00 - 16:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
31.10.2025	15:00 - 16:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
14.11.2025	15:00 - 16:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
21.11.2025	15:00 - 16:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
28.11.2025	15:00 - 16:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum
05.12.2025	15:00 - 16:00 Uhr	Tourist-Info Waging, EG, Vortragsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)