

Bauch- und Beinstraining intensiv

Kursnummer	252M241217
Beginn	Dienstag, 30.09.2025, 19:30 - 20:30 Uhr
Dauer	8 Termin(e)
Ort	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402, Wiener Platz 2a, 51065 Köln
Lehrkraft	Lena Weinfirth
Kursentgelt	53,00 €

Schwerpunkt in diesem Kurs ist das Training von Bauch und Beinen. Natürlich kommen auch die sonstigen Körperpartien in Schwung.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
30.09.2025	19:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402
07.10.2025	19:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402
28.10.2025	19:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402
04.11.2025	19:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402
18.11.2025	19:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402
25.11.2025	19:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402
09.12.2025	19:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402
16.12.2025	19:30 - 20:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Mülheim, V 402

[zur Kursdetail-Seite](#)