

Bewegung, die glücklich macht

Kursnummer 26L242103

Beginn Freitag, 17.04.2026, 18:00 - 19:00 Uhr

Dauer 13 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

Dozent Sabine Klie

Kursentgelt 87,00 €

Fühle dich befreit und beschwingt mit einem ganzheitlich orientierten Bewegungstraining, bei dem Kondition, Koordination und Beweglichkeit ohne Leistungsdruck; mit Freude an Bewegung und Musik, geführt durch Inhalte und Inspirationen aus den Bereichen Tanz, Aerobic und Yoga trainiert werden.

Wir tanzen, bewegen uns (bevorzugt) barfuß mit anregender und entspannender Musik; es werden kraftvolle und leichte; langsame und schnelle; frei fließende und unkompliziert vermittelte tänzerische Moves miteinander verbunden.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

17.04.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

24.04.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

08.05.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

15.05.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

22.05.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

29.05.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

05.06.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

12.06.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

19.06.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

26.06.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

03.07.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

10.07.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

17.07.2026 18:00 - 19:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.11

[zur Kursdetail-Seite](#)