

26-7381Z Fitness für Männer

Entgelt	8,00 €
Dauer	2x
Kursleitung	Ronny Krämer
Bemerkungen	Bitte mitbringen: Hallenturnschuhe.
Kursort	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Ostseite, Jahnstraße 16, 90522 Oberasbach

Wir wollen durch gezieltes Fitnesstraining unsere Kraft und unsere Ausdauer verbessern und unsere Koordination optimieren. Durch abwechslungsreiche Stundeninhalte, auch mit unterschiedlichen Geräten, wird es bei uns nie langweilig. Ob als Ausgleich zum stressigen Arbeitsalltag oder einfach nur um sich mehr zu bewegen, kann jeder unabhängig von Alter oder Leistungsfähigkeit mitmachen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
20.07.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Ostseite, Jahnstr. 16
27.07.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Hans-Reif-Sportzentrum, Jahnhalle, Ostseite, Jahnstr. 16

[zur Kursdetail-Seite](#)