# 27-7504 STRONG Nation® Kraft, Ausdauer und Power im Rhythmus der Musik!

| | |
|---|---|
| Entgelt | 25,00 € |
| Dauer | 5x |
| Kursleitung | Imee Querney |
| Bemerkungen | Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung, Hallenschuhe, eine Trainingsmatte, ein Handtuch und ausreichend Wassern. |
| Kursort | Mittelschule (MSR), Mehrzweckraum 1.18, EG, Wilhelm-Löhe-Straße 17, 90574 Roßtal |

Du möchtest deine Fitness verbessern, Muskeln stärken und dich richtig auspowern? Dann ist STRONG Nation® genau das richtige Workout für dich! Bei diesem intensiven Ganzkörpertraining werden kraftvolle Bewegungen mit speziell abgestimmter Musik kombiniert. Dich erwartet ein abwechslungsreicher Mix aus Eigengewichtsübungen, Cardio- und Kampfsportelementen, der deine Kraft, Ausdauer und Koordination fordert. Für wen: Jugendliche und Erwachsene, die ihre Fitness verbessern und sich sportlich herausfordern möchten. Trainiere in deinem eigenen Tempo, lass den Alltag hinter dir und entdecke, wie viel Energie in dir steckt!

## Termine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|---|---|---|
| 11.01.2027 | 19:00 - 20:00 Uhr | Mittelschule (MSR), Mehrzweckraum 1.18, EG, Wilhelm-Löhe-Straße 17 |
| 18.01.2027 | 19:00 - 20:00 Uhr | Mittelschule (MSR), Mehrzweckraum 1.18, EG, Wilhelm-Löhe-Straße 17 |
| 25.01.2027 | 19:00 - 20:00 Uhr | Mittelschule (MSR), Mehrzweckraum 1.18, EG, Wilhelm-Löhe-Straße 17 |
| 01.02.2027 | 19:00 - 20:00 Uhr | Mittelschule (MSR), Mehrzweckraum 1.18, EG, Wilhelm-Löhe-Straße 17 |
| 15.02.2027 | 19:00 - 20:00 Uhr | Mittelschule (MSR), Mehrzweckraum 1.18, EG, Wilhelm-Löhe-Straße 17 |

zur Kursdetail-Seite