

26-K30234H Step Aerobic für Geübte

Beginn	Mittwoch, 23.09.2026, 17:45 - 18:45 Uhr
Kursgebühr	66,00 €
Dauer	12 Termine
Kursleitung	Annette Kluge
Informationen	Bitte mitbringen: Sportschuhe, Handtuch und Getränk. Pulsuhr (falls vorhanden)
Kursort	G 4, Langgasse 17, 97753 Karlstadt

Step Aerobic für Geübte. Schwungvolles Herz-Kreislauf-Training auf dem Step. Schrittweise wird die Choreografie erarbeitet und mit viel Spaß die Ausdauer und Koordination trainiert.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
23.09.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
30.09.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
07.10.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
14.10.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
21.10.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
28.10.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
11.11.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
18.11.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
25.11.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
02.12.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
09.12.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG
16.12.2026	17:45 - 18:45 Uhr	vhs Rückgeb. G 4, EG

[zur Kursdetail-Seite](#)