

## 261-R3J097 KORCE®

Beginn	Donnerstag, 05.03.2026, 20:00 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	110,00 €
Dauer	8 Termine
Kursleitung	Anne Zauner
Mitzubringen	eigene Matte
Kursort	Karl-von-Closen-Gymnasium (3fach-Turnhalle, Halle 2), Gerner Allee 1, 84307 Eggenfelden

KORCE®-Training ist ein dynamisches Ganzkörpertraining, das Kraft-, Mobilitäts- und Stabilitätsübungen kombiniert, um die Körpermitte zu stärken und die Beweglichkeit zu verbessern. Es zielt darauf ab, die Haltung zu verbessern, Rückenschmerzen vorzubeugen und ein kraftvolles und geschmeidiges Körpergefühl zu fördern. Das Training nutzt hauptsächlich das eigene Körpergewicht.

### Termine

Datum	Ort
05.03.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
12.03.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
19.03.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
26.03.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
16.04.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
23.04.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
30.04.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
07.05.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle

[zur Kursdetail-Seite](#)