

261-R3J098 KORCE®

Beginn	Donnerstag, 11.06.2026, 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
11.06.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
18.06.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
25.06.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
02.07.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
09.07.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
16.07.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
23.07.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle
30.07.2026	20:00 - 21:00 Uhr Gerner Allee 1, Eggenfelden, Karl-von-Closen-Gymnasium, Turnhalle

[zur Kursdetail-Seite](#)