

262-R3J091 KORCE®

Beginn	Mittwoch, 16.09.2026, 20:00 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	80,00 €
Dauer	8 Termine
Kursleitung	Anne Zauner
Mitzubringen	eigene Matte
Kursort	Tanzschule Linsmeier, Karl-Rolle-Straße 66, 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
16.09.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Karl-Rolle-Straße 66, Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier
23.09.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Karl-Rolle-Straße 66, Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier
30.09.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Karl-Rolle-Straße 66, Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier
07.10.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Karl-Rolle-Straße 66, Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier
14.10.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Karl-Rolle-Straße 66, Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier
21.10.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Karl-Rolle-Straße 66, Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier
28.10.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Karl-Rolle-Straße 66, Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier
04.11.2026	20:00 - 21:00 Uhr	Karl-Rolle-Straße 66, Eggenfelden, Tanzschule Linsmeier

[zur Kursdetail-Seite](#)