



Step-Aerobic for kids

ab 7 Jahren

beim ESV München-Ost e.V.



(KI-generiertes Bild)

Zeit: ab Montag, den 8.06.2026 bis 27.07.2026 (8 x)
jeweils von 16.00 bis 17.00 Uhr

Ort: ESV Vereinszentrum – Gymnastikhalle (1.OG)
Hermann-Weinhauser-Str. 7, 81673 München

Übungsleiterin: Ilona Engel,
lizenzierte Fitness-Trainerin

Kursgebühren: für Mitglieder kostenfrei
für Nichtmitglieder 48,00 €

Mit viel Spaß und fetziger Musik trainieren die Kinder bei „Step Aerobic for Kids“ gelenkschonend ihr Herz-Kreislauf-System. Koordination, Rhythmusgefühl und Ausdauer werden ebenfalls gefördert. Mit einfachen Grundschritten wie Basic Step, Knee Lifts und Taps wird die Fitness spielerisch verbessert.

Der Kurs ist auf max. 10 TeilnehmerInnen beschränkt.

Feste Turnschuhe nicht vergessen!

Info und Anmeldung:

ESV-Geschäftsstelle, Hermann-Weinhauser-Str. 7, 81673 München

Mo. 09.00-12.00 Uhr und Mi. 13.00-18.00 Uhr

Tel.: 089/4310654

E-Mail: info@esv-muenchen-ost.de

Homepage: www.esv-muenchen-ost.de