

SPORT- UND GESUNDHEITSANGEBOTE ERLANGEN

Workshops

In den themenspezifischen Workshops kannst du intensiv in praxisorientierte Themen reinschnuppern oder neue Sport- und Freizeitaktivitäten kennenlernen.

Für die Buchung eines Workshops ist aus Verwaltungsgründen vorab eine Registrierung als Mitglied in der Sportanlage notwendig. Trotz der Registrierung als Mitglied in der Sportanlage fällt bei der Teilnahme an den Workshops keine Jahresgebühr an.



Der unterstrichene Kursname verlinkt zur Kursbeschreibung

Kursname	Kurs-ID	Termine	Uhrzeit	Zielgruppe	Kursort	Gebühren
<u>Yoga für gesunde Füße</u>	WI25-WS-SA1030-1-GZ	Sa. 25.10.25	10:30–14:00	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	35,00 €
<u>Power Latin Dance Workout</u>	WI25-WS-SA1530-2-IP	Sa. 08.11.25	15:30–17:30	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	30,00 €
<u>Yoga und Klang gegen den November Blues</u>	WI25-WS-SA1000-3-EJ	Sa. 15.11.25	10:00–13:00	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	35,00 €
<u>Shu Xin Ping Xue Qigong</u>	WI25-WS-SA1500-5-YL	Sa. 29.11.25	15:00–17:00	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	30,00 €
<u>Hormone in Balance</u> NEU	WI25-WS-SA1000-6-EJ	Sa. 17.01.26	10:00–13:00	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	35,00 €
<u>Iss klüger, nicht weniger - der Schlüssel zum Fettabbau</u>	WI25-WS-SA1000-7-EH	Sa. 24.01.26	10:00–12:00	E / F	Raum 260, Komotauer Str. 2, ERL	30,00 €
<u>Iss klüger, nicht weniger - effektiv abnehmen und durchhalten</u>	WI25-WS-SA1300-8-EH	Sa. 24.01.26	13:00–15:00	E / F	Raum 260, Komotauer Str. 2, ERL	30,00 €
<u>Qigong - Acht Brokate</u>	WI25-WS-SA1530-9-YL	Sa. 31.01.26	15:30–17:30	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	30,00 €
<u>Yoga für Schultern und Rücken</u>	WI25-WS-SA1000-10-GZ	Sa. 07.03.26	10:00–14:00	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	40,00 €