

# Hula-Hoop-Kurs in Eidenberg für Erwachsene

In dem Kurs werden Dir die Hula-Hoop-Grundlagen in 3 Einheiten vermittelt. Mit einem Hula-Hoop kann man nämlich so viel mehr machen, als ihn nur um die Hüfte kreisen zu lassen. Viele verschiedene Tricks werden erlernt und in kleinen Sequenzen zusammengesetzt. Der Spaß kommt garantiert nicht zu kurz und Du wirst überrascht sein, was alles mit dem Reifen möglich ist.

## Termine:

Donnerstags 18:00 - 19:00 (60min)  
09.10. | 16.10. | 23.10.2025

**Ort:** Turnsaal der Volksschule  
Eidenberg

**Mitbringen:** bequeme, enganliegende

Kleidung und -falls vorhanden- Deinen eigenen Hoop. Ein schwerer Fitnesshoop ist für diesen Kurs ungeeignet. Leihhoops sind vor Ort.

**TeilnehmerInnenbegrenzung:** 5-12 Personen (ab 16 Jahren)

**Trainerin:** Kathrina Becker hoopt seit 2012 und gibt Hula-Hoop-Kurse seit über 10 Jahren. Ihre Tricks stellt sie bei ihren Hula-Hoop-Shows mit den Squeezed Peaches zur Show. Der Kurs wird von der Sportunion Eidenberg ausgerichtet.

## Kursbeitrag:

45€/Person für 3 Einheiten.

30€/Person für Mitglieder der Sportunion Eidenberg

## Anmeldung bis spätestens 7. Oktober:

Kathrina Becker

Mobil: 0664-8310656

E-Mail: [sisi@sisi-top.com](mailto:sisi@sisi-top.com)

**Alle Infos auch online:** <https://sisi-top.com/hoopkurse/>

