A2508611 Bewegung für Seniorinnen und Senioren 70+

Beginn	Mittwoch, 30.04.2025, 11:00 - 11:45 Uhr
Kursgebühr	21,60 €
Dauer	9 Termine
Kursleitung	Editha Wenzel
Kursort	, Schlossmacherstr., 42477 Radevormwald

Auch in höherem Alter sollte der Mensch in Bewegung bleiben. Das Bewegungsangebot dieses Kurses wird der Altersstufe angepasst. Über Haltungs- und Beweglichkeitsschulung wird eine Ganzkörperbewegung angestrebt. Sie profitieren in vielen Bereichen von diesen Übungen und lernen Möglichkeiten kennen, wie Sie auch zu Hause üben können.
Weitere Informationen: wenzel-radevormwald@arcor.de.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
30.04.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
07.05.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
14.05.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
21.05.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
28.05.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
04.06.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
11.06.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
18.06.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
25.06.2025	11:00 - 11:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5