

A2009605 Wassergymnastik für Frauen

Beginn Dienstag, 28.01.2020, 09:40 - 10:20 Uhr

Kursgebühr 72,00 €

Dauer 16 Termine

Kursleitung Sabine Pallach

Kursort , Berglandstr. 1, 51580 Reichshof

...ist mehr als Gymnastik im Wasser! Die bremsende Kraft des Wassers wird für eine sehr gelenkschonende Kräftigung der Muskulatur eingesetzt. Der Wasserdruck verbessert die Durchblutung, fördert den venösen Rückfluss zum Herzen und den Sauerstoffaustausch im Gewebe. Allgemeine Kräftigung und Training des Haltungs- und Bewegungsapparates sowie des Herz-Kreislauf-Systems sind Ziele des Kurses. Telefonische Informationen zum Kurs bei der Dozentin unter 02261 52164.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
28.01.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
11.02.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
18.02.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
25.02.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
03.03.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
10.03.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
17.03.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
24.03.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
31.03.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
21.04.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
28.04.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
05.05.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
12.05.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
19.05.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
26.05.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1
09.06.2020	09:40 - 10:20 Uhr	Reichshof, Bad im Reha-Zentrum, Zur Reha-Klinik 1