

A2508609 Bewegung für Seniorinnen und Senioren 70+

Beginn Mittwoch, 30.04.2025, 10:00 - 10:45 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	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
07.05.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
14.05.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
21.05.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
28.05.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
04.06.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
11.06.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
18.06.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
25.06.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5