

A2608608 Bewegung für Seniorinnen und Senioren 70+

Beginn	Mittwoch, 14.01.2026, 10:00 - 10:45 Uhr
Kursgebühr	39,00 €
Dauer	12 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.

Der Kurs findet auch in der ersten Woche der Osterferien statt!

Weitere Informationen zum Kurs: wenzel-radevormwald@arcor.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
14.01.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
21.01.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
28.01.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
04.02.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
11.02.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
18.02.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
25.02.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
04.03.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
11.03.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
18.03.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
25.03.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
01.04.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5