

A2608609 Bewegung für Seniorinnen und Senioren 70+

Beginn	Mittwoch, 06.05.2026, 10:00 - 10:45 Uhr
Kursgebühr	32,00 €
Dauer	10 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 zum Kurs: wenzel-radevormwald@arcor.de.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
06.05.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
13.05.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
20.05.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
27.05.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
03.06.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
10.06.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
17.06.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
24.06.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
01.07.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
08.07.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5