

B2508608 Bewegung für Seniorinnen und Senioren 70+

Beginn Mittwoch, 10.09.2025, 10:00 - 10:45 Uhr

Kursgebühr 24,00 €

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: wenzel-radevormwald@arcor.de.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
10.09.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
17.09.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
24.09.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
01.10.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
08.10.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
29.10.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
05.11.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
12.11.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
19.11.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
26.11.2025	10:00 - 10:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5