

241L65355

Rücken-, und Wirbelsäulengymnastik Schnupperkurs

Beginn	Dienstag, 09.04.2024, 09:00 - 10:00 Uhr
Kursgebühr	44,00 €
Dauer	6 Termine
Kursleitung	Laura Holzwarth
Informationen	Bitte mitbringen: Iso- oder Yogamatte und Turnschuhe.
Kursort	Gemeindezentrum großer Saal, Malscher Str. 14, 69242 Mühlhausen

Dieser Kurs bietet ein vielseitiges Bewegungsangebot, um Ihre Gelenke und Wirbelsäule beweglich zu halten und die Muskulatur zu kräftigen. Dabei kommen auch Dehn-, und Entspannungsübungen nicht zu kurz. Regelmäßiges Üben stabilisiert Ihren Rücken, beugt Rückenproblemen vor und sorgt für eine bessere Haltung. Einstieg jederzeit möglich.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
09.04.2024	09:00 - 10:00 Uhr	Mühlhausen, OT Rettigheim, Gemeindezentrum Gr.Saal, Malscher Str.14
16.04.2024	09:00 - 10:00 Uhr	Mühlhausen, OT Rettigheim, Gemeindezentrum Gr.Saal, Malscher Str.14
23.04.2024	09:00 - 10:00 Uhr	Mühlhausen, OT Rettigheim, Gemeindezentrum Gr.Saal, Malscher Str.14
30.04.2024	09:00 - 10:00 Uhr	Mühlhausen, OT Rettigheim, Gemeindezentrum Gr.Saal, Malscher Str.14
07.05.2024	09:00 - 10:00 Uhr	Mühlhausen, OT Rettigheim, Gemeindezentrum Gr.Saal, Malscher Str.14
14.05.2024	09:00 - 10:00 Uhr	Mühlhausen, OT Rettigheim, Gemeindezentrum Gr.Saal, Malscher Str.14

[Kurs-Details online ansehen](#)

vhs Südliche Bergstraße e.V.
Ringstr. 1
69168 Wiesloch

Telefon: 06222 / 9296-0
E-Mail: info@vhs-sb.de
Internet: www.vhs-sb.de

Impressum: www.vhs-sb.de/impressum
Datenschutz: www.vhs-sb.de/datenschutz
AGB: www.vhs-sb.de/agb