

Arbeit und Beruf

Im Bereich Arbeit und Beruf finden Sie Angebote zu den Themen: Rhetorik und Soft Skills, EDV, Finanzen, Rechnungswesen und Pädagogik. Wir verstehen Weiterbildung als Chance für Berufstätige, Arbeitssuchende und Wiedereinsteigende.



Sie investieren persönliches Engagement, Zeit und Geld, wenn Sie ein vhs-Seminar besuchen. Ihre Weiterbildung sollte deshalb auch genau Ihren Interessen und Ihrem Bedarf entsprechen.

Nutzen Sie deshalb die Möglichkeit unserer individuellen Beratung. Wir helfen Ihnen gerne bei der Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse und mit Informationen zu Kursinhalten und Zielen.

[Kursbereiche](#) >> [Aktiv im Alter - Seniorinnen und Senioren](#) >> [Bewegung und Kräftigung](#) >> Details

Details zu Kurs 241EF30214 Rückenschule für Senior*innen - Vertiefungskurs

Kursnummer
241EF30214

Status

Titel
Rückenschule für Senior*innen - Vertiefungskurs

Info

Sie vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs, es gibt neue Übungen und Varianten der Bekannten. Sie lernen außerdem, wie Sie die Übungen in Ihren Alltag integrieren können

Veranstaltungsort

vhs, Bürgerhof, Raum 10

Zeitraum

Mi. 10.04.2024 - Mi. 19.06.2024

Kein Kurs während der Schulferien in Rheinland-Pfalz.

Dauer

8 Termine

Uhrzeit

10:45 - 11:45

Unterrichtseinheiten

10,67 x 45 Minuten

Kosten

43,00 €

Maximale Teilnehmerzahl

16

Material

Bitte mitbringen: Trainingskleidung, Turnschuhe, Decke, Getränk.

Dozenten

Christ-Eisen Christina, Hoffmann Dagmar

 [Kurstage](#)  [Anmelden](#)  [In den Warenkorb](#)  [Empfehlung](#)

 [Zurück](#)