

## Politik, Gesellschaft, Umwelt

Das Programmangebot des Fachbereichs Politik, Gesellschaft, Umwelt ist breit gefächert und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen.



Es vermittelt Bürgerinnen und Bürgern Kenntnisse, Fähigkeiten und Orientierung, um als kundige und mündige Mitglieder der Gesellschaft diese erfolgreich und verantwortungsbewusst mitzugestalten.

[Kursbereiche](#) >> [Gesundes Leben](#) >> [Bewegung, Ausdauer 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

---

[◀ Zurück](#)