Realschulabschluss TZ-Tageskurs

Details zu Kurs 241EF30206 Wirbelsäulengymnastik Vertiefung

Vorspann
Bewegung - Kraft und Ausdauer

Kursnummer
241EF30206

Status

Titel
Wirbelsäulengymnastik Vertiefung

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
Mo. 08.04.2024 - Mo. 10.06.2024
kein Kurs am 13.05.2024.

Dauer
7 Termine

Uhrzeit
17:00 - 18:00

Unterrichtseinheiten
9,33 x 45 Minuten

Kosten
46,00 €

Maximale Teilnehmerzahl
12

Material
Matte, bequeme Kleidung und Decke oder Jacke, Hallenschuhe und warme Socken, Handtuch für die Matte, flaches Kissen und Getränk.

Dozentin
Velte Bianka

Kurstage Anmelden In den Warenkorb Empfehlung

Zurück