

Schule - Schulabschlüsse - Förderprojekte für Kinder



Die Volkshochschule Ludwigshafen

- ermöglicht Erwachsene jeden Alters das Nachholen von Schulabschlüssen.
- bietet jüngeren Kindern bei schulischen Problemen Unterstützung durch die Lernförderung.
- verhilft Schüler*innen u.a. mit kreativen Mathe-Intensivkursen zu mehr Spaß und besseren Leistungen in der Schule.
- begleitet Jugendlichen und jungen Erwachsenen auf ihrem Weg in Ausbildung und Beruf und bietet attraktive Bildungs- und Qualifizierungsmöglichkeiten an.

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

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](#)