

Senioren - Aktiv im Alter

vhs: Offen für ALLE



Die Kurse aus dem bisherigen Seniorenprogramm „Aktiv im Alter“ sind ab sofort im jeweiligen Fachbereich zu finden:

- PC- und Smartphonekurse im Bereich "Digitales Leben"
- Maßnahmen zur Sturzprophylaxe sowie Clever in Rente im Bereich "Politik, Gesellschaft, Umwelt unter Ratgeber"
- Yogakurse i, Bereich "Gesundes Leben" unter Entspannung
- Bewegungskurse im Bereich "Gesundes Leben" unter Bewegung

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

Details zu Kurs 241EE30127 Yoga für Senior*innen Online-Kurs zur Vertiefung

Kursnummer

241EE30127

Status

Titel

Yoga für Senior*innen - Online-Kurs zur Vertiefung

Info

Wir vertiefen das Gelernte aus dem Vorgängerkurs und erweitern das Repertoire an Yoga-Haltungen und Entspannungsmöglichkeiten.

Der Kurs findet online auf der Lernplattform vhs.cloud statt. Konferenzsystem: Big Blue Button.

Die notwendigen Informationen zum Kurszugang werden den Teilnehmenden rechtzeitig vor Kursbeginn zugesandt. Die vhs Ludwigshafen bietet für den Einstieg telefonische Unterstützung an.

Veranstaltungsort

Online-Termine

Zeitraum

Di. 30.04.2024 - Di. 02.07.2024

Dauer

8 Termine

Uhrzeit

09:30 - 11:00

Unterrichtseinheiten

16 x 45 Minuten

Kosten

86,00 €

Maximale Teilnehmerzahl

Material

Bitte vorbereiten: Bequeme Kleidung, Socken oder weiche Schuhe, Matte, Decke und Kissen nach Bedarf, Getränk.

abschließende Bemerkungen

Dozentin

Manusch Dorothea

[!\[\]\(a870788d6ed9b8fd294b7654a8c8526b_img.jpg\) Kurstage](#) [!\[\]\(18065afa4ef6662bca9f3f6088f7de30_img.jpg\) Anmelden](#) [!\[\]\(b985170eefb48b9b3ef593e79310e8f5_img.jpg\) In den Warenkorb](#) [!\[\]\(65defa7fe6c24be84c2514c965593962_img.jpg\) Empfehlung](#)

[!\[\]\(de95854c7ee024cfadc48187bbb781b2_img.jpg\) Zurück](#)