

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

Veranstaltung "Rückenschule für Senior\*innen - Vertiefungskurs" (Nr. EF30214) wurde in den Warenkorb gelegt.

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](#)  [Empfehlung](#)

 [Zurück](#)