

Konditions- und Wirbelsäulengymnastik für Männer

Der Kurs eignet sich für Männer, die ihre allgemeine körperliche Verfassung durch verschiedene Gymnastikeinheiten und Fitness-Spiele verbessern wollen. Gezielte Übungen für die Wirbelsäule stärken den Rücken und beugen Erkrankungen vor.

Kurs-Nr.	96-030 (Semester: 1/24)
Dozentin/Dozent	Burkhard Rathmann
Daten und Kosten	Mittwoch, 17.04.2024, 19:00 - 20:00 Uhr 40,00 Euro
Veranstaltungsort	Turnhalle Hasebrink Freiherr-v.-Stein-Str. 1, 49716 Meppen Rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Margret Korte

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
17.04.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
24.04.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
15.05.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
22.05.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
29.05.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
05.06.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
12.06.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink