

Kurstage für Kurs 251302860 (Rückenfit sanft und schonend auf und um den Stuhl)

Möchten Sie lernen, auf angenehme und effektive Weise Ihren Rücken zu stärken? Dann sind Sie hier richtig. Mit funktioneller Rückengymnastik, Wahrnehmungsübungen und wohltuender Entspannung schaffen Sie den notwendigen Ausgleich für den rückenstrapazierenden Alltag und tun sich etwas Gutes. Alle Übungen finden auf dem Stuhl statt.

Datum	Uhrzeit	Ort
10.03.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
17.03.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
24.03.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
31.03.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
07.04.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
28.04.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
05.05.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
12.05.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
19.05.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum
26.05.2025	15:30 - 16:30 Uhr	Dundenheimer Straße 25, Neuried DH Lindenfeldhalle Nebenraum