BV71301 - Fitness 60+ "KiFaz Lutherberg"

Beginn	Mittwoch, 12.08.2026, 17:30 - 18:30 Uhr
Kursgebühr	93,50 €
Dauer	17 x
Kursleitung	Ulrike Ohlmeyer
Kursort	, Lutherberg 1, 35394 Gießen

Fitness ist keine Frage des Alters! In diesem Kurs wird nicht nur das Herz-Kreislauf-System durch verschiedene Schrittkombinationen trainiert, auch wird die gesamte Muskulatur gekräftigt und gedehnt.

Bitte ein Handtuch, Matte und ein Getränk mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
12.08.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
19.08.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
26.08.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
02.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
09.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
16.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
23.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
30.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
21.10.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
28.10.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
04.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
11.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
18.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
25.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
02.12.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
09.12.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
16.12.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg