

**BV71701 - Fit und mobil 60+ "KiFaz Lutherberg"**

Beginn	Montag, 10.08.2026, 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
10.08.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
17.08.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
24.08.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
31.08.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
07.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
14.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
21.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
28.09.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
19.10.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
26.10.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
02.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
09.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
16.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
23.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
30.11.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
07.12.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg
14.12.2026	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1, KiFaz Lutherberg