BW71301 - Fitness 60+ "KiFaz Lutherberg"

Beginn	Mittwoch, 13.01.2027, 17:30 - 18:30 Uhr
Kursgebühr	55,00 €
Dauer	10 x
Kursleitung	Laura Först
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
13.01.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
20.01.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
27.01.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
03.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
10.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
17.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
24.02.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
03.03.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
10.03.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
17.03.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg