# BW71401 - Funktionsgymnastik 60+

| | |
|---|---|
| Beginn | Donnerstag, 14.01.2027, 15:45 - 16:45 Uhr |
| Kursgebühr | 55,00 € |
| Dauer | 10 x |
| Kursleitung | Ulrike Ohlmeyer |
| Kursort | Gymnastikraum, Wingert 18, 35396 Gießen |

Funktionsgymnastik trägt zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit, insbesondere der Beweglichkeit bei. Koordination, Ausdauer und Körperwahrnehmung werden gestärkt und dabei bestehende muskuläre Dysbalancen kompensiert.
Bitte ein Handtuch, bequeme Kleidung und ein Getränk mitbringen.

## Termine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|---|---|---|
| 14.01.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 21.01.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 28.01.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 04.02.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 11.02.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 18.02.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 25.02.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 04.03.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 11.03.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |
| 18.03.2027 | 15:45 - 16:45 Uhr | Wingert 18,Gymnastikraum |