

BX71301 - Fitness 60+ "KiFaz Lutherberg"

Beginn	Mittwoch, 07.04.2027, 17:30 - 18:30 Uhr
Kursgebühr	66,00 €
Dauer	12 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
07.04.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
14.04.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
21.04.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
28.04.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
05.05.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
12.05.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
19.05.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
26.05.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
02.06.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
09.06.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
16.06.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg
23.06.2027	17:30 - 18:30 Uhr	Lutherberg 1,KiFaz Lutherberg