Fit und beweglich im Alter

Kursnummer 26N244118

Beginn Dienstag, 01.09.2026, 14:00 - 14:45 Uhr

Dauer 12 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

Dozent Gabriele Deckelmann

Kursentgelt 84,00 €

Altersgerechtes Training durch Balance, Kraft und Ausdauer zur Erhaltung Ihrer Gesundheit und Mobilität.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
01.09.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
08.09.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
15.09.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
22.09.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
29.09.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
06.10.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
03.11.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
10.11.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
17.11.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
24.11.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
01.12.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09
08.12.2026	14:00 - 14:45 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

zur Kursdetail-Seite