

Osteoporose-Bewegungsangebot in der Prävention

Kursnummer 26N244119

Beginn Dienstag, 01.09.2026, 16:15 - 17:15 Uhr

Dauer 5 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

Dozent Gabriele Deckelmann

Kursentgelt 47,00 €

Kraft-, Gleichgewichts-, Ausdauer- und Dehntraining mit Übungsanleitungen für Zuhause.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

01.09.2026 16:15 - 17:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

08.09.2026 16:15 - 17:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

15.09.2026 16:15 - 17:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

22.09.2026 16:15 - 17:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

29.09.2026 16:15 - 17:15 Uhr VHS im Bezirksrathaus Nippes, Raum 0.09

[zur Kursdetail-Seite](#)