

S4 Die perfekte Kursstunde

Gibt es die perfekte Kursstunde für ältere werdende, noch mobile Menschen, und falls ja, was macht sie eigentlich aus?

- News zum Thema Bewegung und Gesundheit im Alter
- Eine Stunde sind 60 Minuten voller Chancen!
- Bekanntes und Neues, aber sinnvoll eingesetzt
- Zum „Einpacken und Mitnehmen“

Zielgruppe

Übungsleitende der Seniorengymnastik

Termine:

06.02.2024 (Dienstag)

Ort

Hamburg

Dauer

9.30 - 16.00 Uhr

Preis

120,- Euro

Kursleitung

Swantje Fuchs, Dipl.Sportwissenschaftlerin, Lehrbeauftragte Seniorengymnastik

Weitere Informationen

Swantje Fuchs /Birgit Haß
Tel.: 040-44 13 67