

GYMNASTIK

Gymnastik mit Übungen für die Wirbelsäule für jedermann

Entspannungen, insbesondere Übungen und Bewegungen zur Stärkung der Wirbelsäule, Gestaltung und Bewegung in der Gemeinschaft bei der Gruppengymnastik.

Kurs-Nr. 22HTH3035

Dozentin: Ingrid Pöhlmann

Gebühr: 34,- € ab 12 Teilnehmer

Beginn: Dienstag, 20. September 2022, 10 x, jew. Dienstag von 18.00 – 19.00 Uhr

Turnhalle, Grundschule Thurnau.