

Unsere aktuellen Präventionskurstermine

Gesundheitszirkel (Kraft-Ausdauer-Zirkel)

10 Termine jeweils 60 Minuten (1 x wöchentlich)

Kurstag	Uhrzeit	Kursleitung	Termine:
Montag	09.00 - 10.00	Gerhard Bente	<ul style="list-style-type: none">▪ 10.01. - 14.03.2022▪ 25.04. - 04.07.2022▪ 26.09. - 05.12.2022
Dienstag	20.00 - 21.00	Gerhard Bente	<ul style="list-style-type: none">▪ 11.01. - 15.03.2022▪ 26.04. - 28.06.2022▪ 27.09. - 29.11.2022
Mittwoch	20.00 - 21.00	Gerhard Bente	<ul style="list-style-type: none">▪ 12.01. - 16.03.2022▪ 27.04. - 29.06.2022▪ 28.09. - 30.11.2022

Wirbelsäulengymnastik

10 Termine jeweils 60 Minuten (1 x wöchentlich)

Kurstag	Uhrzeit	Kursleitung	Termine
Montag	19.00 – 20.00	Gerhard Bente	<ul style="list-style-type: none">▪ 10.01. - 14.03.2022▪ 25.04. - 04.07.2022▪ 26.09. - 05.12.2022
Dienstag	18.30 – 19.30	Gerhard Bente	<ul style="list-style-type: none">▪ 11.01. - 15.03.2022▪ 26.04. - 28.06.2022▪ 27.09. - 29.11.2022

Anmeldung und weitere Informationen an unserer Rezeption