

24F-3265 Fit von Kopf bis Fuß

Beginn	Montag, 15.01.2024, 20:00 - 21:00 Uhr
Kursgebühr	48,00 €
Dauer	15 Abende
Kursleitung	Birgit Faber-Freyaldenhoven
Kursort	Hückelhoven, Dinstühlerstr. 67, 41836 Hückelhoven

Dieses Ganzkörpertraining mit ausgiebigen Entspannungsphasen wird unterstützt durch Tubes (Fitnessband), Hanteln und Co. Bitte mitbringen: Getränk, Handtuch und Hallenschuhe sowie 1 kg-Hanteln und Theraband

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
15.01.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
22.01.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
29.01.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
05.02.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
19.02.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
26.02.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
04.03.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
11.03.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
18.03.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
08.04.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
15.04.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
22.04.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
29.04.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
06.05.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)
13.05.2024	20:00 - 21:00 Uhr	Gem.-Grundschule "An der Burg" (Turnhalle)

[zur Kursdetail-Seite](#)