



Kurse für Frauen

Januar - Februar 2022

Fit für mehr Beweglichkeit

Mo, 17.01., 16.15 - 17.15 Uhr, Kosten: 50,- € 10x

Malen und Zeichnen

Di, 11.01., 16.00 - 17.30 Uhr, Kosten: 60,- € 10x

Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

Di, 11.01., 17.30 - 19.00 Uhr, Kosten: 60,- € 10x

Yogilates

Di, 11.01., 19.15 - 20.15 Uhr, Kosten: 36,-€ 6x

Pilates I

Mi, 12.01., 15.45 - 16.30 Uhr, Kosten: 25,- € 5x

Pilates II

Mi, 12.01., 17.00 - 17.45 Uhr, Kosten: 25,- € 5x

Seniorinnensport

Do, 13.01., 9.00 - 10.30 Uhr wöchentlich

Klangentspannung am Mittag

Do, 27.01., 12.30 - 14.00 Uhr, Kosten: 9,-€ 1x

Do, 24.02., 12.30 - 14.00 Uhr, Kosten: 9,- € 1x

Qigong für Anfängerinnen

Do, 13.01., 17.00 - 18.00 Uhr, Kosten: 100,- € 10x

Qigong für Erfahrene

Do, 13.01., 18.15 - 19.15 Uhr, Kosten: 100,- € 10x

Beckenbodengymnastik

Fr, 14.01., 9.30 - 11.00 Uhr, Kosten: 60,-€ 6x

Seniorinnensport

Fr, 14.01., 13.30 - 14.30 Uhr, Kosten: 7,-€/Termin
wöchentlich

Yoga

ab Februar, bitte fragen Sie nach!

Änderungen aufgrund der aktuellen Pandemielage können auftreten.

Bitte fragen Sie im Zweifel nach und informieren Sie sich zu gültigen Bestimmungen und Hygieneregeln.



Ausführliche Informationen zu Kursen erhalten Sie vor Ort, telefonisch und im Internet. Durch eine frühzeitige Anmeldung sichern Sie Ihre Teilnahme. Es gelten die Anmeldebedingungen des FZEs.

Ein Einstieg in laufende Kurse ist möglich. Bitte fragen Sie bei uns nach.

Gesundheitskurse werden bezuschusst. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.