



SENIORENGYMNASTIK UND TANZ

Mit einer abwechslungsreichen Gymnastik in Fortbewegung und Ruhe werden in diesem Kurs Beweglichkeit, Reaktionsfähigkeit und Vitalität angeregt.

KURSZEITEN

Mittwoch 9:45 - 10:45 Uhr

Mittwoch 11:00 - 12:00 Uhr

Kurseinstieg nach Absprache jederzeit möglich.

KURSLEITUNG: LUITGARD KIEFER

Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin,
Bewegungspädagogin und Bewegungstherapeutin nach Dore Jacobs

KURSDAUER

10 Termine a' 60 Min.

KOSTEN

10 Termine 20,- Euro

ANMELDUNG & INFOS BEI DER KURSLEITUNG



Telefonisch unter 0179-2162757
bei Luitgard Kiefer



Per E-Mail an:
luitgardKiefer@aol.de

KURSORT

Saal im Erdgeschoss
(barrierefrei)
Bürgerhaus Salzmannbau
Himmelgeister Str. 107 h
40225 Düsseldorf

VERANSTALTER

Die AGB
Aktion Gemeinwesen und
Beratung e.V.