

IMMER MITTWOCHS

GRUPPE 1: 9:45 UHR -10:45 UHR GRUPPE 2: 11:00 UHR-12:00 UHR

Mit einer abwechslungsreichen Gymnastik in Fortbewegung, im Stand und im Sitzen werden in diesem Kurs für Frauen Beweglichkeit, Reaktionsfähigkeit und Vitalität angeregt

KURSLEITUNG: Luitgard Kiefer

staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin, KddR-Rückenschullehrerin, Bewegungspädagogin

07.01.26

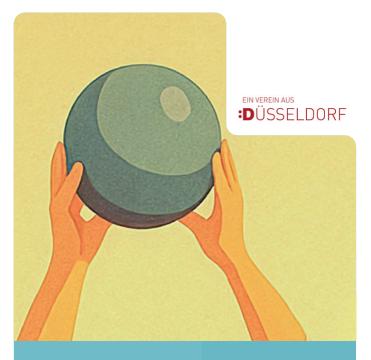
08.04.26

24.06.26

07.10.26



SOZ



VERANSTALTUNGSORT

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

INFO UND RESERVIERUNG



Telefonisch 0179-2162757 bei Luitgard Kiefer



Per E-Mail an:

KURSINFORMATION

10 Termine a' 60 Min. Kursbeitrag: 20 Euro

Einstieg in den laufenden Kurs nach Rücksprache jederzeit möalich.

VERANSTALTER

Die AGB im Salzmannbau Himmelgeister Str. 107 40225 Düsseldorf

UNTERSTÜTZT DURCH

Landeshauptstadt Düsseldorf - Amt für Soziales und Jugend