

242L33010

Yoga Pilates

Beginn	Donnerstag, 05.12.2024, 19:00 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	53,50 €
Dauer	8 Termine
Kursleitung	Britta Bräumer-Hauth
Informationen	Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Sweatshirt oder warmes Oberteil, keine Sportschuhe nötig, aber Socken für die Aufwärmphase.
Kursort	Wsl-Schillersch-Gym.halle NEU!, Schillerstraße 2, 69168 Wiesloch

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches intensives Training mit Elementen aus Pilates und Yoga zur Stabilisation, Mobilisation und Kräftigung Ihres Körpers. Durch das regelmäßige Üben steigern Sie Ihre Leistungsfähigkeit und stärken Ihren gesamten Körper.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
05.12.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Wiesloch, Schiller-Grundschule, Gymnastikhalle, Schillerstr. 2
12.12.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Wiesloch, Schiller-Grundschule, Gymnastikhalle, Schillerstr. 2
09.01.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Wiesloch, Schiller-Grundschule, Gymnastikhalle, Schillerstr. 2
16.01.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Wiesloch, Schiller-Grundschule, Gymnastikhalle, Schillerstr. 2
23.01.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Wiesloch, Schiller-Grundschule, Gymnastikhalle, Schillerstr. 2
30.01.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Wiesloch, Schiller-Grundschule, Gymnastikhalle, Schillerstr. 2
06.02.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Wiesloch, Schiller-Grundschule, Gymnastikhalle, Schillerstr. 2
13.02.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Wiesloch, Schiller-Grundschule, Gymnastikhalle, Schillerstr. 2

[Kurs-Details online ansehen](#)

vhs Südliche Bergstraße e.V.
Ringstr. 1
69168 Wiesloch

Telefon: 06222 / 9296-0
E-Mail: info@vhs-sb.de
Internet: www.vhs-sb.de

Impressum: www.vhs-sb.de/impressum
Datenschutz: www.vhs-sb.de/datenschutz
AGB: www.vhs-sb.de/agb