

Konditions- und Wirbelsäulengymnastik für Männer

Der Kurs eignet sich für Männer, die ihre allgemeine körperliche Verfassung durch verschiedene Gymnastikeinheiten und Fitness-Spiele verbessern wollen. Gezielte Übungen für die Wirbelsäule stärken den Rücken und beugen Erkrankungen vor.

Kurs-Nr.	96-030 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Burkhard Rathmann
Daten und Kosten	Mittwoch, 12.11.2025, 19:00 - 20:00 Uhr
	47,00 Euro
Veranstaltungsort	Turnhalle Hasebrink Freiherr-v.-Stein-Str. 1, 49716 Meppen
	Rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Margret Korte

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
12.11.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
19.11.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
26.11.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
03.12.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
10.12.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
17.12.2025	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
14.01.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink
21.01.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Turnhalle Hasebrink