

BodyBoost360 – Dein Power-Programm für den ganzen Körper

Dieses Programm ist für alle gedacht, die sich rundum fit fühlen möchten. Mit abwechslungsreichen Ganzkörpereinheiten stärken wir gezielt deine Muskulatur, fördern deine Ausdauer und verbessern deine Beweglichkeit. Dynamische Trainingsreize bringen zusätzlichen Schwung, verbrennen Kalorien und sorgen für ein motivierendes Gruppenerlebnis. Egal ob Anfänger:in oder Fortgeschrittene:r - du wirst gefordert, aber auch gefördert. Spür die Energie und hol das Beste aus dir heraus!

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Handtuch und Getränk.

Kurs-Nr.	96-240 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Michelle Lukaßen
Daten und Kosten	Dienstag, 11.11.2025, 19:10 - 20:10 Uhr 49,20 Euro
Veranstaltungsort	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken Wesuweer Hauptstr. 46, 49733 Haren (Ems) Rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Nicola Weiß

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
11.11.2025	19:10 - 20:10 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
18.11.2025	19:10 - 20:10 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
25.11.2025	19:10 - 20:10 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
02.12.2025	19:10 - 20:10 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
09.12.2025	19:10 - 20:10 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
16.12.2025	19:10 - 20:10 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
13.01.2026	19:10 - 20:10 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
20.01.2026	19:10 - 20:10 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken