KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Trittsicher durchs Leben

Kurs in 7 Einheiten

Mi 12.03.2025, 19.00 Uhr - Mi 23.04.2025, 20.15 Uhr

Selbständig, unabhängig und mobil bis ins hohe Alter - wir unterstützen Sie dabei!

Bei den Übungen wird nach dem sog. Ulmer Modell gearbeitet. Dabei werden Kraft und Balance Übungen trainiert. Dieses wissenschaftlich evaluierte Muskelaufbautraining kann nachweislich zur Sturzprophylaxe beitragen.

Ort
Pfarrheim St. Rupert, Burgkirchen am Wald 2, 84577 Tüßling

Mitveranstalter
KDFB Burgkirchen a. Wald

Referentin
Rita Stepfer

Kosten
45 Euro p. P.

Anmeldung
08671/5548

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-05-26 09:24:42

Tel. (08671) 41 44
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de