

Aktivitäten in Germersheim Kreis/Stadt

Verein, Organisation, Einrichtung:

Landfrauenverein Westheim e.V.

Ansprechperson: Petra Wagner

E-Mail: petra.westheim@web.de

Telefon / mobil 06344 9280028

Bewegungsangebot 1

Einführung in die Bewegungsform Pilates

Für alle Altersgruppen im Erwachsenenalter.

- Für Stake Core-Muskeln - Bessere Haltung und Stabilität
- Verbesserte Körperhaltung - Reduziert Rückenbeschwerden
- Geringeres Verletzungsrisiko - Stärkere Muskeln, weniger Risiko
- Stressabbau - Entspannung von Körper und Geist
- Vorbeugung von Einsamkeit und Förderung von sozialen Kontakten

06.06.2025 18.30 - 19.30 Uhr

13.06.2025 18.30 - 19.30 Uhr

20.06.2025 18.30 - 19.30 Uhr

27.06.2025 18.30 - 19.30 Uhr

04.07.2025 18.30 - 19.30 Uhr

11.07.2025 18.30 - 19.30 Uhr

18.07.2025 18.30 - 19.30 Uhr

25.07.2025 18.30 - 19.30 Uhr

Martin-Luther-Weg 1

67368 Westheim