

Termine und Präventionsprogramm 2021
im Strandhotel Weissenhäuser Strand

Termin:

Kursprogramm:

31.01.-04.02.2021	Aquatraining + Progressive Muskelentspannung
21.02.-26.02.2021	Aquatraining + Progressive Muskelentspannung
14.03.-19.03.2021	Nordic Walking + Progressive Muskelentspannung
16.05.-21.05.2021	Nordic Walking + Progressive Muskelentspannung
19.09.-24.09.2021	Nordic Walking + Progressive Muskelentspannung
26.09.-01.10.2021	Nordic Walking + Progressive Muskelentspannung
10.10.-15.10.2021	Nordic Walking + Progressive Muskelentspannung
31.10.-05.11.2021	Aquatraining + Progressive Muskelentspannung
14.11.-19.11.2021	Aquatraining + Progressive Muskelentspannung
05.12.-10.12.2021	Aquatraining + Progressive Muskelentspannung