



Rückenfit

Rückenfit

In diesem Kurs trainieren wir mit unterschiedlichen Trainingsmethoden (Pilates, Coretraining, sensomotorisches Training, HIIT etc.). Ziel ist eine Verbesserung der Muskelausdauer und Beweglichkeit. Diese Veranstaltung ist als Präsenzveranstaltung geplant. Sollte zum Veranstaltungszeitpunkt ein reales Treffen untersagt sein, kann die Veranstaltung alternativ in die virtuelle Welt verlagert werden.

Was?

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Frau Falter

Alter des Kindes

altersunabhängig

Wann?

Termin(e)

29.04.2025 - 08.07.2025, 20:00 - 21:00 Uhr, 10

Angebotstermin

Von 29.04.2025 (20:00 Uhr) bis 08.07.2025 (21:00 Uhr)

Wo?

Familienzentrum Rappelkiste, Schmidt, Im Wiesental 5

Im Wiesental 5
52385 Nideggen

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Nein

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

30,50 €

Durchführende Organisation

VHS Rur-Eifel

Violengasse 2
52349 Düren

Name Kontaktperson

Yasmin Cevik

Telefon

02421 25-2583

Email

y.cevik@dueren.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Stadtverwaltung Düren

Kaiserplatz 2-4
52349 Düren

Art des Trägers

Öffentlicher Träger

Name Kontaktperson

Frau Dr. Viol

Telefon

02421 25-2578

Email

w.viol@dueren.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)