

Landtraining

Freitag vormittags:

Gymnastikraum **Gemeindehalle Nattheim**

8.45 – 9.30 Uhr

„Bewegung bis ins hohe Alter - Antara AGE ® “

Geeignet für geübte / ungeübte Senioren ab 65

Antara-AGE ® ist ein speziell für Senioren geeignetes fundiertes Trainingskonzept aus der Schweiz.
Auch geeignet bei bereits gesundheitlichen Beschwerden und Einschränkungen.

begrenzte Teilnehmerzahl

Preis: VHS-Nattheim Programm siehe Sportangebote
Anfrage bei der VHS

Beginn: **14.03. / 19.09.2025**

Anbieter: VHS-Nattheim

Kontakt: Fr. Haas, 07321 / 079426

vhs@nattheim.de

www.vhs-nattheim.de
