



Foto: © Pixabay_volleyball-520093_1920_Tanja_VdB

Ausgleichssport, Spiel und Entspannung für geistig behinderte junge Erwachsene

Mit anderen Spaß haben an Bewegung und dabei fit bleiben: Trainiert werden Ausdauer und Beweglichkeit mit unterschiedlichen Geräten und Materialien. Geübt wird auch mit einfachen Entspannungsübungen zur Ruhe zu kommen.

Bitte bringen Sie Hallenturnschuhe mit heller Sohle und ein Handtuch mit.

www.vhsdormagen.de

251-30239 | Marina Beer, N.N.
9 x samstags, 12.00 - 13.30 Uhr
ab 03.05.25
Gebühr: 54,00 € (18 UStd.)
Kursort: Sporthalle der Sekundarschule, Bahnhofstr. 67, Dormagen-Horrem
Anmeldung erforderlich bei der Volkshochschule Dormagen:
info-vhs@stadt-dormagen.de