

Kroppsvänlig morgongymnastik för damer 55+, våren

Kuvaus

Rörelseglädje för hela kroppen med fokus på smidighet, balans och styrka. Vi rör oss till medryckande musik och avslutar med töjningsövningar. Ta med egen gymnastikmatta och vattenflaska.

...

Kurssikoodi

830116

Kurssimaksu

34,00 €

Kurssin kielet

Ruotsi

Opettajat

Ann-Louis Wikblad

Ilmoittautuminen

19.08.2024 08:00 - Jatkuva

Aika

14.01.2025 - 15.04.2025

Tiistai 09:00-10:00

Oppitunteja: 17 (13 krt)

Paikka

Svenska gården - Stora salen
Herrholmsgatan 18, 68600 Pietarsaari