

Aktivtag in der Sporthalle am 21. Oktober in Luzern



Kursprogramm:

Die beiden Schwestern und Powerfrauen Nicole und Séverine führen dich durch einen abwechslungsreichen Aktivtag in der Sporthalle. Es erwarten dich verschiedene Circuitformen, Inputs zu Rhythmus und Bewegung, gesellige Spielformen für Erwachsene sowie kreative Ideen für das Aufwärmen und den Ausklang für verschiedene Altersstufen.

Besonderes:

Dieser Kurs darf von allen Interessierten besucht werden. Es gibt keine Voraussetzungen für den Besuch.

Ort: Montessorischule Luzern

Datum: 21. Oktober, 09.30-16.30 Uhr

Preis: CHF 150

Leitung: Séverine Studer, Nicole Lutnauer

Anmeldeschluss: 1. Oktober

Anmeldung & Ausschreibung: www.vitaswiss.ch/verbandsangebote