

GESUNDHEIT, WOHLBEFINDEN UND SPORT

Gymnastik für Ältere auf dem Gräselberg

Fit im Alltag durch Gymnastik im Sitzen und Stehen. Neben Krafttraining und Dehnübungen kommt auch der Spaß in der Gruppe nicht zu kurz. Freitags mit Kaffee und Kuchen im Anschluss.

Weitere Informationen

Kosten

keine Kosten

Zugang

Offen (ohne Mitgliedschaft)

Termin/e

Ab dem 22.06.2026 wöchentlich:

Montag, 14:00 - 14:45 Uhr

Freitag, 10:00 - 10:30 Uhr

Veranstaltungsort/e

Klagenfurter Ring 61, 65187 Wiesbaden

Wer führt das Angebot durch?

Regionale Diakonie Wiesbaden Rheingau-Taunus

Rheinstraße 65

65185

Wiesbaden

Ansprechperson

Cäcilia Gutweiler

Gesundheitslotsin

0611 36091-313

caecilia.gutweiler@regionale-diakonie.de

info.wirt@regionale-diakonie.de

www.diakonie-wirt.de

Rechtliche Hinweise

Das Impressum finden Sie im Anbieterprofil.