

H10-711102 Gymnastik für Rücken und Fitness nach Operation und schwerer Erkrankung

Beginn Montag, 17.08.2026, 17:00 - 18:30 Uhr

Kursgebühr 146,25 €

Dauer 15 Termine

Kursleitung Doris Sehorsch-Haas

Kursort EG 01, Darmstädter Landstr. 81, 60598 Frankfurt

Bewegung ist gut für Geist und Körper und verbessert die Lebensqualität. Nach Operationen oder Erkrankungen ist die Mobilität oft eingeschränkt. In diesem Kurs liegt der Fokus auf der Wiederherstellung der körperlichen Möglichkeiten. Der Körper wird wieder gestärkt und Vertrauen geschenkt. Die Gemeinschaft in der Gruppe ermöglicht einen Austausch und die Teilnahme am sozialen Leben.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
17.08.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
24.08.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
31.08.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
07.09.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
14.09.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
21.09.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
19.10.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
26.10.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
02.11.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
09.11.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
16.11.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
23.11.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
30.11.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
07.12.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01
14.12.2026	17:00 - 18:30 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 01

[zur Kursdetail-Seite](#)