

Aktivitäten im Sportbund Rheinhessen

Verein: SPVGG Essenheim
Ansprechperson: Renae Lachenit
E-Mail: renae.lachenit@spvgg-essenheim.de
Telefon / mobil 06136 85927



Bewegungsangebot 1

Morgengymnastik im Park

Ganzheitliches Bewegungsangebot mit Kleingeräten (Theraband und Redondoball)

25.05.2024 10:00-11:00

Parkanlage in den Domherrengärten, in der Nähe der Bushaltestelle
55270 Essenheim

Bewegungsangebot 2

Einführung ins Nordic-Walking

Einführung ins Nordic-Walking als ganzheitliches Training

01.06.2024 10:00-11:00

Sportplatz Essenheim (Treffpunkt)
55270 Essenheim

Bewegungsangebot 3

Bewegung und Fitness auf der Treppe

Bewegungsprogramm an und auf der Treppe

08.06.2024 10:00-11:00

Ortsmittelpunkt an der Treppe zur Kirche
55270 Essenheim