

Kursangebote Kant. Luzern

Wassergymnastik, Aquawell

Kursangebot semesterweise, Lektion à 45 Minuten

**Bei allen Kursen
Einstieg jederzeit möglich!**



**Rheumaliga
Luzern und Unterwalden**
Bewusst bewegt

		Kurstag	Kursstart		letzter Kurs
Beromünster	Kantonsschule 30°	Di.	18:40		
Ebikon	Hallenbad Schmiedhof 30°	Di.	12:00	laufend	13:20
		Do.	20:00		
Emmen	SBBL Rathausen 34°	Mi.	11:40		13:00
		Do.	11:35		12:15
Horw Aquajogging	Hallenbad Schulhaus Spitz	Mi.	17:00	laufend	19:15
Luzern	Hotel De La Paix 34°	Mi.	08:45	laufend	14:00
Luzern	Stiftung Rodtegg 34°	Di.	18:15	laufend	20:30
		Do.	12:00		12:45
Luzern	Luzerner Kantonsspital	Fr.	17:30		19:00
		Sa.	10:00		10:45
Nottwil	Paraplegikerzentrum (SPZ) 34°	Mo.	19:00	laufend	20:20
		Mi.	12:00	laufend	12:45
Schachen	Schul- und Wohnzentrum	Mi.	18:30		19:15
		Do.	17:10	laufend	19:15
Schüpfheim	Heilpädagogisches Zentrum	Mo.	17:45	laufend	20:45
		Die.	17:15	laufend	21:00
		Do.	18:15	laufend	20:30
Wolhusen	Kantonales Spital	Mo.	18:30	laufend	20:00
		Die.	18:00	laufend	19:30
		Do.	18:45	laufend	20:15

Balancegym

Kursangebot semesterweise, 60 Minuten

		Kurstag	Kursstart	letzter Kurs
Baldegg	Kantonale Mittelschule	Mi.	08:30	09:30
Luzern	Bruchstrasse 10	Do.	16:00	

Osteoporosegymnastik

Kursangebot semesterweise, 60 Minuten

Baldegg	Kantonale Mittelschule	Mi.	09:30	10:30
Ebikon	Pfarreiheim, Dorfstrasse 7	Mi.	09:00	10:00
Emmenbrü.	T&TSchachenstrasse 10a	Mo.	13:00	14:00
Luzern	Bruchstrasse 10	Do.	17:00	
Schüpfheim	Bahnhofstrasse	Fr.	10:15	

Rückengymnastik

Kursangebot semesterweise, 60 Minuten

Ebikon	Ref. Kirchgemeinde	Mo.	18:00	19:00
Emmenbrü.	T&TSchachenstrasse 10a	Do.	08:00	
Schüpfheim	Bahnhofstrasse	Fr.	09:15	

Anmeldung: Leitung Kurswesen Rita Portmann Tel. 041 484 34 75
E-Mail: rheuma.luuw-kurse@bluwin.ch