

Fitnesskurse am Gesundheitszentrum

DÜREN Am Gesundheitszentrum am Krankenhaus in Düren finden regelmäßig Kurse statt. Kurse in Yin-Yoga beginnen am Mittwoch, 9. Januar, um 17 Uhr, am Freitag, 11. Januar, um 17.15 Uhr und um 18.15 Uhr. Die Kurse finden an 13 Terminen über je eine Stunde statt. Pilates-Kurse beginnen am Montag, 14. Januar, um 17.40 Uhr und Donnerstag, 17. Januar, um 17 Uhr. Das Angebot enthält zwölf Einheiten von je einer Stunde. Ein zertifizierter Kurs Jaiji über zehn Einheiten von 90 Minuten für Anfänger beginnt am Mittwoch, 23. Januar, um 18 Uhr ein Kurs für Fortgeschrittene um 19.30 Uhr. Unter 02421/301122 oder per E-Mail an gesundheitszentrum@krankenhaus-dueren.de kann man sich informieren und beraten lassen. Das Büro ist montags bis mittwochs von 9.30 bis 12 Uhr geöffnet, donnerstags von 13.30 bis 16 Uhr und freitags von 12 bis 14 Uhr.