

Beratung und Information:

Fachbereichsleitung Gesundheit
Jonathan Kuhn
Tel.: 07071 5603-38
gesundheit@vhs-tuebingen.de
Zimmer 227



Gesundheitskurse in Tübingen

Anmeldung und Auskunft:

Volkshochschule Tübingen
Katharinenstr. 18
72072 Tübingen

Tel.: 07071 5603-29
anmeldung@vhs-tuebingen.de
www.vhs-tuebingen.de



Bildnachweis:

Für alle Bilder liegen die Rechte bei der Volkshochschule,
wurden uns übertragen oder sind lizenziert nach CC0.

Halten Sie sich gesund!

Wenn Sie sich mit Spaß, Bewegung und Entspannung aktiv Ihre Gesundheit bewahren möchten, sind Sie bei uns bestens aufgehoben. Kurse die Ihnen zusagen werden, finden Sie in unserem aktuellen Programm unter www.vhs-tuebingen.de.

Diese Kurse finden Sie bei uns regelmäßig in großer Zahl in ganz Tübingen:

Pilates

Wirbelsäulengymnastik

Fitnessgymnastik mit Musik

Funktionelles Training

Wasser -kurse

Core Training

Zumba®

Autogenes Training

Meditation

Yoga

Heilkräuterführungen

Nordic Walking

Und viele mehr...

Das bieten wir:

- qualifizierte Kursleiterinnen und Kursleiter
- erwachsenengerechte Methoden, nachhaltige Erfolge
- zielgruppengerechte und aktuelle Kursinhalte
- Kurse zum Erlernen neuer Techniken, Übungskurse, Workshops
- angenehme Gruppen
- gutes Preis-Leistungsverhältnis
- Individuelle Beratung (online, persönlich, telefonisch)

