



Weitere Infos und Anmeldung

Minitrampolin – Gesund und gestärkt mit bellicon®

Lernen Sie die vielseitige Wirkung des bellicon® Minitrampolins kennen. Mit ganzheitlichen, rücken- und gelenkschonenden Bewegungen stärken Sie Ihren Körper und fördern aktiv Ihre Gesundheit und Beweglichkeit. Das Training auf dem Minitrampolin hat eine positive Wirkung auf den gesamten Organismus: Gelenke, Knochen, Beckenboden- und Tiefenmuskulatur werden schonend und effizient gestärkt.

Angebot: 26-2-86015-438

Termine: 21.09.2026 - 30.11.2026
10 x Mo 15:30 - 16:30

Ausfalltage: 16.11.2026

Leitung: Nicole Hadel

Ort: Pro Senectute Kanton Luzern, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern, Bewegungsraum EG

Kosten: CHF 230.00

Hinweise: Es ist eine Garderobe aber keine Dusche vorhanden.
Es stehen keine Parkplätze zur Verfügung. Anreise mit dem ÖV, VBL-Bus Nr. 1 bis Haltestelle Maihofmatt/Rotsee. Das Parkhäuser Coop Schlossberg (Maihofstrasse 1) befindet sich in der Nähe.



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.