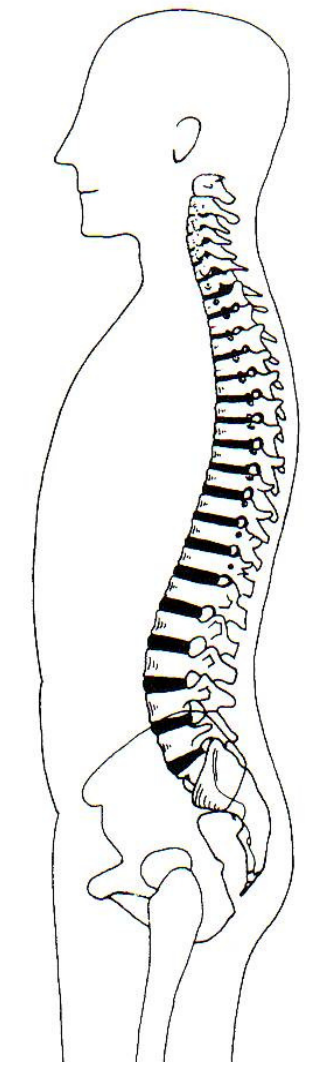


TV Eisenbach

Wirbelsäulengymnastik



- Kräftigen der Stütz und Haltemuskulatur
- Dehnen der verkürzten Muskulatur
- Beweglichkeitsübungen
- Körperwahrnehmungsübungen
- Entspannungsübungen
- Haltungsschulung
- mit und ohne Handgerät
- Turnhalle des TV Eisenbach
- 15 x 60 min

Kurs I: Mo 09.01. 19.15 Uhr

Kurs II: Mi 11.01. 10.00 Uhr

Kurs III: Mi 11.01. 18.15 Uhr

- Mitglieder 21,--€
- Nichtmitglieder 42,--€

- Anmeldung: Petra Stickel 06483/5569
Elke Rumpf 06483/5050

Die Kurse können von den Krankenkassen bezuschusst werden



Gütesiegel des
DTB

