

DJK Marktsteinach

Rückengymnastik – Rücken fit

Die richtige Rückengymnastik regelmäßig ausgeführt, ist das A und O um den Rücken zu stärken und damit Schmerz abzubauen.

Kursprogramm:

Rückengymnastik

Wo DJK Marktsteinach, Turnhalle

Wann Montag (8 x)

Start 13.10.2014, 20.00 Uhr

Leitung: Steffi Lößler, Ausgebildete Physiotherapeutin

Nähere Auskunft und bei Rückfragen wenden Sie sich bitte telefonisch an Sigrid Herder, Tel 09727 / 1563.

Anmeldung erforderlich, ab sofort bei Sigrid Herder.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.