

Gutes für Deinen Rücken



Entspannte, sanfte Übungen für Nacken, Schultern und Becken.

Erlebe ein Wirbelsäulentraining der besonderen Art mit Übungen zum Wohlfühlen.



Kursleitung: Christine Streif,
Gesundheitstrainerin und lizenzierte Übungsleiterin mit Präventionsausbildung

Termine: 9 x mittwochs ab dem 18. September 2024
11.00 – 11.45 Uhr

Ort: TVK- Gymnastikraum (Pavillon) Waldulm

➤ Bitte Handtuch, Rutschsocken und Fleecejacke mitbringen

Kursgebühr: 27,- € für Mitglieder (Sonderbeitrag)
72,- € für Nichtmitglieder (Kurzzeitmitgliedschaft)

Bei Verhinderung keine Rückerstattung oder Gutschrift der Kursgebühr

Anmeldung: nur über das Buchungsportal www.tv-kappelrodeck.de/
Kursangebote

Infos: TVK – Geschäftsstelle per Email geschaeftsstelle@tv-kappelrodeck.de