Rückenwellness

3 Termine zum Kennenlernen (weitere Kurstermine ab Herbst 2023)

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: 3x mittwochs ab dem 19.April 2023
10.55 – 11.45 Uhr

Ort: TVK- Gymnastikraum (Pavillon) Waldulm

- Bitte Handtuch, Rutschsocken und Fleecejacke mitbringen

Kursgebühr: 10,- € für Mitglieder *(Sonderbeitrag)*
27,- € 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