

Gestärkt und aufrecht durch den Tag



Ein Bewegungsangebot
der SG-Sechtem 1971 e.V.

Beginn: Mittwoch, 06.09.2017
10 Übungsstunden

Uhrzeit: 19:00-20:00 Uhr

Ort: Sporthalle Brachstraße

Kosten: 75 Euro/Kurs

(Erstattung durch gesetz. Krankenkassen möglich)

keine Vereinsmitgliedschaft erforderlich

Inhalt: Gutes für den Rücken,
Verbesserung der Beweglichkeit,
Kräftigung und Dehnung der Muskulatur,
Gesundheitsprävention mit Bezug
zum Alltag und Beruf
Verbesserung der Koordination/Kondition



Anmeldung: www.sg-sechtem1971.de

Monika.Gast.Kump@SG-Sechtem1971.de Tel. 02227/81181