

RÜCKraft



Gymnastik und Kräftigung für einen starken Rücken

-Ein Gruppentraining speziell für Senioren-

Ein spezielles Kurskonzept das die Rückenkraft, die Koordination und das Gleichgewicht - mit und ohne medizinische Geräte trainiert.

Kursbeginn: 10. Januar 2018

Kurstag: Mittwoch

Uhrzeit: 10.00 Uhr – 11.00 Uhr

Kursdauer: 10 Termine

Das Gruppentraining findet in den Sport- und Gymnastikräumen vom TheraFit Zentrum in der Poststr. 26, 88326 Aulendorf statt.

Der Kurs ist nach § 20 SGB V als Präventionskurs zertifiziert.

Bei regelmäßiger Teilnahme übernimmt die Krankenkasse anteilmäßig (bis zu 80%) die Kurskosten.

Anmeldung und nähere Information erhalten Sie direkt hier:

TheraFit Zentrum Aulendorf

Jürgen Melzer

Bachstr. 7 88326 Aulendorf Tel.: 07525/911100

Email: therafit.melzer@gmail.com www.therafit-aulendorf.de