



NEU BEIM TUS

WIRBELSÄULEN GYMNASTIK

Wirbelsäulengymnastik ist die beste Vor- und Nachsorge gegen Rückenschmerzen. Ziel ist es ein rückengerechtes Verhalten zu vermitteln und die wichtigen Muskelgruppen in dem Bereich zu stärken



Ab Donnerstag den 04.04.2024

Aufgrund der hohen Nachfrage, bieten wir zusätzlich vormittags von 11:30 – 12:30 Uhr, Wirbelsäulengymnastik mit unserer Übungsleiterin Anita Schwartz an.

Nähere Infos unter der Tel.-Nr. 0172/1016048

Es ist jeder willkommen ob jung oder alt, sowie Frauen oder Männer

**Für Vereinsmitglieder ist es kostenlos;
Nichtmitglieder erhalten 2 Schnupperstunden kostenlos;**

10er Karte für 60,- € Erwerbbar