

Folgende Kurse bieten wir für Sie an!

Rehabilitationssport

dienstags von 9 bis 9.45 Uhr
mittwochs von 19 bis 19.45 Uhr
donnerstags von 8 bis 8.45 Uhr

*

Wirbelsäulengymnastik

montags von 17 bis 17.45 Uhr

*

Beckenbodentraining

Donnerstags von 17 bis 17.45

Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen

montags von 19 bis 20.30 Uhr

*

Sturzprophylaxe (Gleichgewicht, Koordination)

Haben Sie Interesse?

Dann tragen wir Sie gerne in die Teilnehmerlisten ein
oder Sie rufen uns an!

Wir freuen uns auf Sie!