

Rücken- und Beckenbodengymnastik

Geschrieben von: Administrator

Sonntag, den 28. Februar 2016 um 10:50 Uhr - Aktualisiert Dienstag, den 02. Januar 2024 um 12:37 Uhr

Mit unserer Rücken- und Beckenbodengymnastik lockern Sie chronische Verspannungen,

kräftigen Ihre Beckenbodenmuskulatur und stabilisieren Ihre Wirbelsäule.

Durch die positiven Auswirkungen auf Atmung, Kreislauf und Ihre Körperhaltung beugen sie auch kommenden Beschwerden vor.

Termin:

Dienstag: 09.01.2024

Uhrzeit: 9:00 Uhr - 10:00 Uhr

fortlaufender Kurs

Einheiten: 10

Ort: Mehrzweckhalle, Bleichstr. 3-5, 74821 Mosbach.

Kursleiterin: Ursula Henrich

Rücken- und Beckenbodengymnastik

Geschrieben von: Administrator

Sonntag, den 28. Februar 2016 um 10:50 Uhr - Aktualisiert Dienstag, den 02. Januar 2024 um 12:37 Uhr

Preis für Nichtmitglieder: 60.00 € EUR. Preis für Mitglieder: 40.00 € EUR.