



GESUNDES
SCHÖNBACH |



Wirbelsäulengymnastik

mit Physiotherapeutin Frau Theresa Höchtl

**ab 20. Februar 2024,
19:30 bis 20:30 Uhr**

im Mehrzweckraum der NMS Schönbach

Wirbelsäulengymnastik für alle Altersgruppen und Geschlechter - Ausgleich für den Körper. Individuell an die Bedürfnisse der TeilnehmerInnen angepasst, bestehen die Einheiten aus einer Kombination von Kräftigung, Stabilisations-, Dehnungs- und Koordinationsübungen.

Kosten: € 48,- für 6 Einheiten
(20.02./27.02./05.03./12.03./19.03./26.03.)

Anmeldung/Info Frau Theresa Höchtl 0664/ 87 85 829

Veranstaltung der Gesunden Gemeinde Schönbach