



NEU!

RÜCKEN SCHULE

PRÄVENTIVES RÜCKENTRAINING

Mit Dipl. Sportlehrerin und Sporttherapeutin
ALEXANDRA CLASEN

- Wahrnehmung, Verbesserung & Erhaltung Ihrer Rückengesundheit
- Verbesserung Ihrer körperlichen Fitness und Leistungsfähigkeit
- Freude erleben und Ihr aktuelles Wohlbefinden steigern
- Intensive persönliche Betreuung durch begrenzte Teilnehmerzahl (max. 6 Personen)

Alle weiteren Infos zu dem 10-stündigen Kurs erhalten Sie an der Rezeption.



ios
MANUFAKTUR
FÜR EINLAGEN

TERMINE **FEBRUAR 2011**

Die Kurse beinhalten jeweils 10 Kursstunden zu gesamt 120,- Euro, bezuschusst durch die AOK Rheinland/Hamburg

KURS 1

Beginn 22. Februar 2011
Dienstags 09.00-10.00 Uhr

KURS 2

Beginn 25. Februar 2011
Freitags 15.00-16.00 Uhr