

RÜCKEN-AKTIV

ONLINE

Für mehr Infos
hier scannen



teamw()rk
für Gesundheit und Arbeit

Wann?

immer freitags, 14:00 bis 15:00 Uhr

Wo?

Online

EIN EINSTIEG IST
JEDERZET MÖGLICH,
FÜR ALLE LEVEL

Anmeldung:

Schreiben Sie eine Mail an anmeldung@hage.de

Kursbeschreibung:

In unserem Rücken-Aktiv-Kurs erwarten Sie gezielte Übungen zur Stärkung des Rückens und zur Verbesserung der Haltung.

Lassen Sie sich von unserer Trainerin durch einen effektiven Kurs führen, um Beschwerden zu reduzieren und Ihre Rückengesundheit zu fördern.

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.