

RÜCKENFIT

ONLINE

Für mehr Infos
hier scannen



teamw()rk

für Gesundheit und Arbeit

Wann?

immer freitags, 17:00 bis 18:00 Uhr

Wo?

Online

EIN EINSTIEG IST
JEDERZET MÖGLICH,
FÜR ALLE LEVEL

Anmeldung:

Schreiben Sie eine Mail an anmeldung@hage.de

Kursbeschreibung:

Rückenfit ist ein wohltuender Online-Kurs für alle Menschen, die ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Die Stunden sind leicht verständlich und sanft aufgebaut, sodass du deinen Körper auf einfache Weise stärkst und mehr Ausgeglichenheit in deinen Alltag bringst.