



Gesundheitssport

„ Fit bis ins hohe Alter – Mobil bleiben, Stürze vermeiden “

Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule

unter der Leitung von

Birgit Hempel mit der

Ausbildung Prävention „ Haltung und Bewegung “

im Mittelpunkt stand dabei die Befähigung,

gesundheitsorientierte, präventive Bewegungsangebote

im Bereich Muskel-Skelettsystem

immer mittwochs in der Turnhalle am Koggenweg

1. Stunde ----- 16.00 - 17.00 Uhr

2. Stunde ----- 17.00 - 18.00 Uhr

Auf Ihr Kommen freut sich die SCB-Turnabteilung