

Rückengymnastik

Sinnvolle Bewegung und Haltung lindert die Alltagsbeschwerden. Mobilisieren - Stärken - Dehnen! Entspannungsübungen, Tipps für den Alltag und Umsetzung im täglichen Arbeitsablauf.

Information	
Kursdauer:	9 Einheiten
Kursbeitrag:	55,00 € Teilnahmebeitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	alle Interessierten
Mitzubringen:	Matte, Handtuch, Sportbekleidung;

Verfügbare Termine

26.09.2025 19:30, Wildschönau

Ort	Wildschönau
Beginn	26.09.2025 19:30
Ende	31.10.2025 21:00
Örtlichkeit	Volksschule Niederau, Wildschönauerstraße,
	Niederau 100, 6314 Wildschönau
Information	Anmeldung bei Ortsbäuerin Johanna Gastl, T
	0664/8404046
Kursnummer	7-1004773
Trainer:in	Maria Aufinger
Veranstalter	LFI Tirol Bezirk Kufstein
Termin 1	26.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Termin 2	03.10.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
Termin 3	10.10.2025, 19:30 - 21:00 Uhr
	und 3 mehr

© 2025 - Ifi.at Ausdruck vom 23.08.2025