Rücken Fitness

Herbst 2021

Rücken-Fitness bei leichten Rückenschmerzen. Nackenverspannungen

Ein starker Rücken hilft gegen Verspannung und Rückenprobleme. Unser Alltag ist tagesüber durch stundenlanges Sitzen vorm Computer-Bildschirm und abends durch das vorgebeugte Tippen am Smartphone auf der Couch geprägt. **Jetzt heißt es Kopf hoch!** Unser Rücken-Fitness-schafft Abhilfe.

Schau vorbei!!!

Vorstand

NEU NEU NEU

RÜCKEN-FITNESS

♀ Frau ♂ Mann

Leitung: **Waltraud Schnoewitz**

- **Anmeldung:**
- **04673 96086**

Dienstag: **26. Oktober 2021**

Uhrzeit: **19:00 Uhr**

Wo: Gemeindehaus in Högel

- **Schau vorbei!!!**