

Fitness für Ältere ***Beckenbodengymnastik und Pezziball.***

Bereich	Gymwelt; Schwerpunkt Ältere
geeignet für	Alle
Inhalt	Viele Infos und praktische Übungen rund um unseren Beckenboden. Mit dem Pezziball dessen Vielseitigkeit erkunden. Zum Abschluss leichte Tänze - meditativ und gesellig.
Datum	21.04.2012
Uhrzeit	09:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Ort	Neubulach
Referent	Susana Berndt / Herta Baumruck
Lerneinheiten	10
Kosten	Kosten 37,50 € inkl. Mittagessen
Bemerkungen	

Anmeldungen an die Lehrwartin (oder direkt im Gymnet)

Petra Klug-Hellstern
Wildbader Straße 64
75339 Höfen / Enz

Tel. 07081 / 63 61
Fax 07081 / 955 785

Email: klughellstern@t-online.de