

Neuer Kurs „Rückenschule“!

TV 1888 Reinheim e. V.

Sie haben Probleme mit Ihrem Rücken? Wir können Ihnen in der **Rückenschule** (10 x 60 Minuten) den richtigen Umgang mit ihrem Rücken und eine rückengerechte Körperhaltung zeigen.

Neben der notwendigen theoretischen und anatomischen Einführung, bieten wir ein konkretes Übungsprogramm an. Dazu präzise Angebote zur Förderung Ihrer Rückengesundheit, aber auch präventiv ausgerichtete Anregungen zur Vermeidung von Rückenbeschwerden. Ein besonderes Anliegen ist es uns, dass Sie die Inhalte der Rückenschule in Ihre Berufs- und Alltagssituation einbinden, bestenfalls verankern.

Ab dem 15. August 2019 findet der Kurs immer donnerstags von 19:00-20:00 Uhr in der TV-88-Hermann-Pösch-Halle in der Hahner Straße 50 statt.

Die Kursgebühren betragen 60,- EUR für Nichtmitglieder, Vereinsmitglieder zahlen die Hälfte, 30,- EUR.

Eine qualifizierte Physiotherapeutin leitet den Kurs „Rückenschule“. Voraussetzung für die Durchführung des Kurses ist eine ausreichende Teilnehmerzahl! Einfach anmelden, wir sind für Sie da.

Anmeldung:

TV 1888 Geschäftsstelle, Hahner Str. 50, dienstags von 17:00-19:00 Uhr und freitags von 18:30-20:00 Uhr

Tel.: 06162-4190, Telefax: 06162-943638

E-Mail: TV1888-Reinheim@t-online.de



Auskünfte:

Cornelia Feick, Tel.: 06162 9147070

Übungsleiterin: Cornelia Feick

