



Rücken Fit

- Kräftigung der Rumpf- und Rückenmuskulatur
- Erlernen von Grundübungen
- Stabilitätsübungen
- Partnerübungen
- Mit Widerstandsbändern



Wann? 08.01. – 26.03.2026 **donnerstags von 15:45 – 16:45
außer feiertags**

Wo? Turnsaal der Gesundheits- und Krankenpflegeschule
Kosten? € 30,--

Anmeldung: persönlich in der örtlichen Personalvertretung

Achtung:
Begrenzte Teilnehmer*innen-Anzahl!



MOBILES TRAINING

E: office@mobilestraining.com
Tel.: +43 699 171 965 83

