



Wirbelsäulen Gymnastik

am **Mittwoch, 12., 19. + 26. August 2020**
02., 09., 16., 23. + 30. September 2020
von **19:00 bis 20:00 Uhr ohne Anmeldung**
im **Kath. Pfarrsaal, Alte Rathausstrasse 1 A**

Wirbelsäulengymnastik ist das optimale Training für den Rücken mit einem hohen Gesundheitswert. Sie beugt einseitigen Belastungen vor und stärkt die Rumpfmuskulatur.

Entsprechend den geltenden behördlichen Kontakt- und Hygienevorschriften treffen wir uns im Kath. Pfarrsaal oder bei gutem Wetter auf dem Vorplatz. Gymnastikmatte mitbringen.

Gebühr 2,50 € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen, 3,50 € für Gäste



Sabine Gentner
Physiotherapeutin

 **Verein**
Kneipp
aktiv & gesund
Prien am Chiemsee e.V.
www.kneippvereinprien.de