



Wirbelsäule plus



Ziele und Inhalte

Mit gelenk- und wirbelsäulenschonenden Übungen wird die gesamte Muskulatur stabilisiert und in ein harmonisches Gleichgewicht gebracht.

Beginn Kurs 1: Dienstag, 15.01.2019

Beginn Kurs 2: Dienstag, 30.04.2019

**Kurstage: Dienstags, 19.00 Uhr ÷ 20.00 Uhr
Sporthalle Südstadtschule**

**Leitung: Alexandra Hildebrand
(Physiotherapeutin)**

**Preis: 57.- Ö/ Kurs, 10 Termine
19.- Ö/ Kurs, 10 Termine
(für Mitglieder des TV Villingen)**

**Anmeldung: Geschäftsstelle TV Villingen (07721/26408) oder
per Mail: info@tvvillingen.de**