



Wirbelsäule plus



Ziele und Inhalte

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

Kursbeginn: Dienstag, 20.09.2022

Kurstage: Dienstags, 19.00 Uhr – 20.00 Uhr
Sporthalle Südstadtschule

Leitung: Alexandra Hildebrand
(Physiotherapeutin)

Preis: 62.- € / Kurs, 10 Termine
19.- € / Kurs, 10 Termine
(für Mitglieder des TV Villingen)

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