

Schlebuscher Turnverein 1881 e.V.



Geschäftsstelle

Dürscheider Straße 22a
51399 Burscheid

 stv1881@online.de

: 02174 / 70 99 17

www.stv1881schlebusch.de

Wirbelsäulengymnastik *Wirbelsäulengymnastik*

Beeinträchtigungen des Bewegungsapparates sind heute nicht gerade selten. Bewegungsmangel ist eine Hauptursache für diese Beschwerden.

Machen Sie sich stark für einen gesunden Rücken.

Nach einem Aufwärmtraining folgt ein Bauchtraining und danach Gymnastik zur Kräftigung des Rückens.

Trainingszeiten:

Grundschule Morsbroich
Morsbroicher Straße 14, Leverkusen-Schlebusch

Frauen / Männer montags 18.30-19.45 Uhr Frau Roth-Friedrich