

Start



**Neuer
Kurs**

Entspannung für Körper & Seele

Start:

Freitag, 03. September 2021 – 11.15 Uhr bis 12.15 Uhr

Entspannt in das Wochenende mit Stretching & Entspannung

Ein Entspannungskurs in dem verschiedene Entspannungstechniken kombiniert werden mit einem gezielten Dehnungsprogramm für die Muskulatur.

Kursleitung: Sylvia Hopffe

Fünf Kurseinheiten je 60 Minuten - 30 Euro Kursgebühr

Ein Schnuppertraining ist möglich

Anmeldungen im TS Studio

Tel. 02505 / 8029153

E-Mail: rehasport@tus-altenberge.de

Münsterstr. 16A

48341 Altenberge

