



gegründet 1920



Wirbelsäulengymnastik

Der Rücken beklagt sich? Es kribbelt, zwickt und schmerzt?
Sie haben zu wenig Bewegung im Alltag?

In einer netten Runde mit Anleitung durch die geschulte Übungsleiterin **Frau Juliana Bodo** (Tel.: 089 / 87 12 92 87) wird es Ihnen bei einem sehr abwechslungsreichen Übungsprogramm bald besser gehen.

Mäßig aber regelmäßig ist dabei unsere Devise.

Wir laden Sie ein zu einem kostenlosen Schnuppertraining in unserer Wirbelsäulengymnastik.

WO: Ganz in Ihrer Nähe in der Turnhalle der GS am Ravensburger Ring 37
WANN: Jeden Mittwoch ab 16:15 Uhr (nicht in den Schulferien)

Bitte Turnschuhe mit heller Sohle, bequeme (Sport-) Kleidung und evtl. ISO-Matte mitbringen.

Kommen Sie doch einfach mal vorbei - schauen Sie sich das an.