

Neu. Stark. Effektiv. Schmerzfrei durch Bewegung!

Präventionskurs Fitness Vital – mehr Beweglichkeit mit Ganzkörperfitnessstraining

im fle-xx Zirkel

Umfang 8 Wochen à 60 Minuten

Kurs ID 20170213-894992

- fle-xx fördert eine **gesunde Haltung**
- fle-xx lindert hartnäckige **Rücken- und Gelenkbeschwerden** und beugt Schmerzen im Bewegungsapparat vor
- fle-xx optimiert **Atmung, Durchblutung und Energiefluss**
- fle-xx ist **für alle Altersgruppen** geeignet



§

Dieser
Präventionskurs
wird nach § 20 SGBV
von den Krankenkassen
bis zu 100% bezu-
schusst.

Termine

Dienstags, 15.01. – 05.03.2019
um 19:30 – 20:30 Uhr

Donnerstags, 17.01. – 07.03.2019
um 19:30 – 20:30 Uhr

Dienstags, 19.03. – 07.05.2019
um 18:00 – 19:00 Uhr

Donnerstags, 21.03. – 09.05.2019
um 18:00 – 19:00 Uhr

Für weitere Informationen und Anmeldungen steht Ihnen das Team vom WiehenVital jederzeit vor Ort oder telefonisch unter **0 57 46 / 92 03 34** zur Verfügung! Oder schauen Sie auf unserer Homepage vorbei: www.wiehen-park.de