



SEKTION FIT- u. FREIZEIT

[www.tsv-stkonrad.at](http://www.tsv-stkonrad.at)

# Rückenfit

**Kräftigen, dehnen und mobilisieren für größtmögliche Beweglichkeit**

**Haltung optimieren für einen gesunden Rücken**

**Der einfache Weg zum Wohlbefinden!**

- Kursbeginn:** **Mittwoch, 16. Jänner 2019, 19.30 Uhr**  
danach folgen 5 Einheiten
- Kurskosten:** € 25,00 für TSV-Vereinsmitglieder, € 35,00 für Nicht-Vereinsmitglieder
- Trainerin:** Eva Herzog
- Veranstaltungsort:** Turnsaal der Volksschule St. Konrad

Anmeldungen an [fit@tsv-stkonrad.at](mailto:fit@tsv-stkonrad.at) oder telefonisch bei Robert Puchner unter 0664/1802043.

**Achtung begrenzte Teilnehmerzahl!**