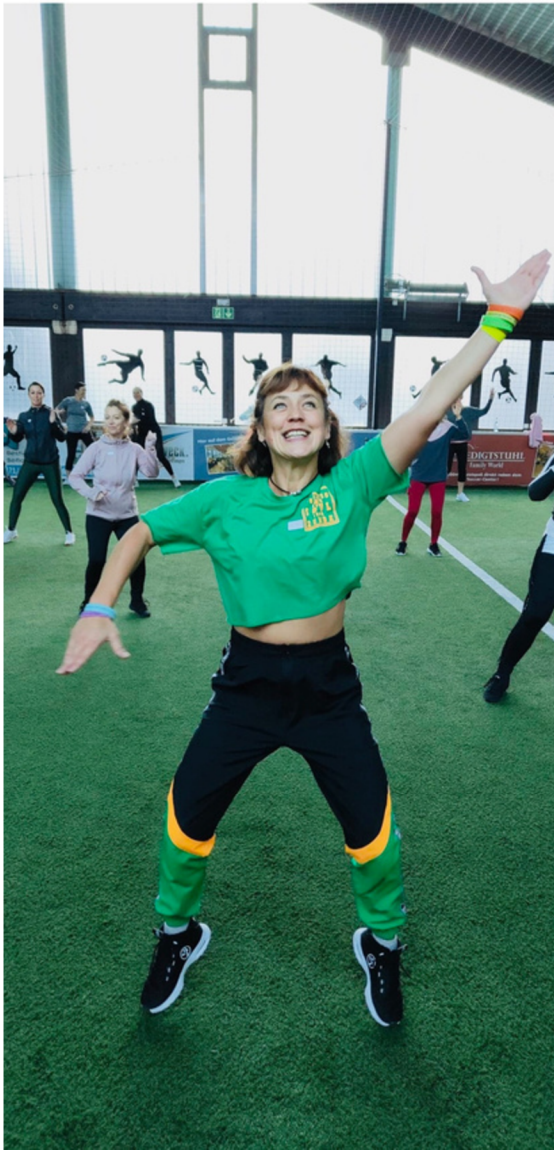


RÜCKENFIT - DEIN KURS FÜR MEHR WOHLBEFINDEN UND BEWEGLICHKEIT



- Kräftigung der Rücken-, Bauch- und Rumpfmuskulatur
- Mobilisations- und Dehnübungen für mehr Beweglichkeit
- Verbesserung der Körperhaltung & Stabilität
- Ideal zur Vorbeugung oder Linderung von Rückenschmerzen
- Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet

KURSDetails

mittwochs 17:00-18.00

Ort: Cafeteria neben dem Eingang KeysightTechnologies,H130,
Herrenberger Strasse 130,

Kosten: 80,00 Euro p. P. /Kurs

10 Einheiten:

01.10.2025	12.11.2025
08.10.2025	19.11.2025
15.10.2025	26.11.2025
22.10.2025	03.12.2025
05.11.2025	10.12.2025

Bei weiteren Fragen wendet Euch an die Wellness Spartenleiterin Daniela Eberhard über die FC110 Homepage



JETZT ANMELDEN

Yulia Zeh

Handy: +017650601672

E-Mail:

yulia.zeh@hotmail.com