

全部

# BODYART<sup>•</sup>

Ganzheitliches  
Körpertraining

- Trainiert Körper, Geist und Seele
- Aufbau von Kraft, Koordination und Stabilität
- Verbesserung der Körperhaltung
- Sorgt für mehr Flexibilität und Wohlbefinden im Alltag
- Vorbeugung und Entgegenwirken von Rückenschmerzen
- Stressabbau
- Entwickelt aus der Physotherapie

jeden Montag ab

**27. September 2021**

Treffpunkt: Turnsaal MS Hitzendorf

Uhrzeit: 19.00 - 20.00 Uhr

Preis: 90,-€ für 10 Einheiten

Mitzubringen: 1 Matte, 1 Getränk

**Anmeldung und Information:**

Tel. 0699/1278 4252

SU FIT is HIP/ Monika Zengerer

**Einstieg jederzeit möglich**

Der Kurs findet nach den aktuell geltenden Regelungen unter Einhaltung der Covid-Maßnahmen statt.

