

Gesunder Rücken



**im Bewegungsraum der Landesstelle Wien
ab Jänner 2013**

Gemeinsam mit Frau Spielvogel aus dem LBK bieten wir ab 2013 ein Training an, dass Ihren Rücken stärken wird.

Termine jeweils Mittwoch ab 16 Uhr:

1.Einheit 16.01.2013, Dauer ca. 90 Minuten

2.Einheit 30.01.2013

3.Einheit 13.02.2013

Anschließend werden wir wöchentlich ein Zirkeltraining veranstalten. Die Termine können wir während des Kurses fixieren.

Die Teilnahme am Rückentraining ist kostenlos!

Anmeldungen für die Einschulung und weitere Informationen bei



**Barbara Haberl
&
Harald Platteter**