



Stretch, Mobilisation und Kräftigung

WANN: donnerstags ab 15. Mai 2025
19:00 bis 20:00 Uhr
(5 Termine: 15.05., 22.05., 05.06., 12.06., 26.06.)

WO: Turnhalle Mittelbergschule, Spiesen

WAS: Stretch, Mobilisation, Kräftigung
aller Gelenke und Muskeln



Leitung: Christine Pejić-Berrard
(Strechting-Instructor,
Trainerin B- und C-Lizenz)



Auskünfte und Anmeldung:

Christine Pejić-Berrard, Mobil: 0157 86143191
oder: christine.pejic-berrard@kneipp-verein-spiesen.de
Kosten (5-er Kurs): Mitglieder 15,00 €; Nichtmitglieder 22,50 €

Anmeldung ist erforderlich!