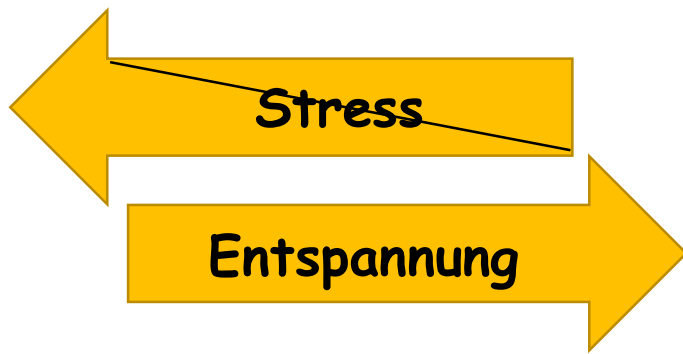




Stretch, Mobilisation und Kräftigung

WANN: donnerstags 24. September 2026,
19 bis 20 Uhr

(5 Termine: 24.09., 22.10., 5.11., 19.11., 3.12.)

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!