

Neuer Präventionskurs beim TSV Kandel:



## „Ganzkörperkräftigung“ Sanft und effektiv

ZPP zertifizierter  
Gesundheitskurs nach §20  
wird durch die teilnehmenden Krankenkassen bezuschusst

**Ein sanftes Training für den ganzen Körper.  
Dem ganzheitlichen Aspekt eines präventiven Rückentrainings wird  
in diesem Kurs, mit interessanten Körperwahrnehmungsübungen  
und vielen Entspannungsübungen, Rechnung getragen.**

Kursdauer: 10 Kursstunden a 75 Minuten  
Uhrzeit: 16.30 - 17.45 Uhr  
Wo: Donnerstags in der Grundschulturnhalle  
Beginn: 07.03.2019  
Kosten: 60,00 €

### Leitung:

Simone Schmitt,  
DTB Rückentrainer  
ÜL B Haltung & Bewegung DOSB  
ÜL B Herz/Kreislauf DOSB

### Zertifiziert mit:

Sport pro Gesundheit DOSB  
Pluspunkt Gesundheit DTB

### Anmeldung:

Mobil: 0152-08741295  
Festnetz: 07273-919315  
Mail: [simone.c-schmitt@web.de](mailto:simone.c-schmitt@web.de)

