

NEU NEU NEU

TuS Grünewald



BOOP & WMP

Bauch Oberschenkel Po & Wirbelsäulenprävention

- **Übungen und Bewegungstechniken**
- **Problemzonen anregen**
- **Rücken stärken**

Bitte mitbringen:

bequeme Sportkleidung und ein kleines Kissen.

Wann?

Immer dienstags von 11.00 – 12.00 Uhr
in der Turnhalle am Wermecker Grund.

--- Ab 1. September 2009 ---

Kein Kurs - Einstieg in das Übungsprogramm ist jederzeit möglich!

Weitere Infos bei: **Kathrin Krämer, Tel. 02351/62669**