



Budokan Saal e.V. Balance Kurse

beweglich und fit

mit Verena Moser

(ausgebildete Wirbelsäulengymnastiktrainerin)

>> durch eine Mischung aus Kraft, Mobilisation und Bewegungsfluss Gesundheit durch mehr Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und zugleich Entspannung erreichen <<

Kursbeginn: Dienstag, 06.09.2022, 17.00 bis 18.00 Uhr

Kursdauer: 5 Abende, je 60 Minuten

(6.9., 13.9., 28.9. (Mittwoch), 4.10., 11.10.)

Kursgebühr: 25€ (Überweisung)

Der Kurs findet in der Ringstr. 5 in 93356 Teugn statt.

Anmeldungen unter budokansaalmoser@email.de.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

Nach Anmeldung erfolgt die Übermittlung der

Bankdaten des Budokan Saal e.V.

Ein Nachweis einer Impfung, Genesung oder eines Tests ist nach derzeitigem Stand nicht mehr notwendig. Gerne kann jeder, der sich unsicher fühlt, einen kostenlosen Schnelltest vor Ort durchführen.

www.budokansaal.de

Neuer Kurs!