



Osteoporose- und Venengymnastik

Wirken wir gemeinsam dem Hauptrisikofaktor für Venen- und Osteoporose Erkrankungen entgegen: **Bewegungsmangel!** Dieses Bewegungsprogramm ist speziell für Personen mit Venen- oder Osteoporose Erkrankungen zugeschnitten. Ohne Turngeräte und spez. Turngewand werden Bewegungsabläufe durchgeführt, die zur Verbesserung der Erkrankungen führen und ein geeignetes Prophylaxeprogramm bieten.

Kursbeginn : Mittwoch 21. Sept. 2011

bzw. 15. Feb. 2012

jeweils 17.00 bis 18.00 Uhr

Kursdauer: je 10 Einheiten a 60 Minuten

Kosten: pro 10 Einheiten 45,-- für MG 40,--

Kursleiterin: DI Thusnelda Rheinisch-Rotheneder (Gesundheitstrainerin)

Ort: Wellness-Aktiv, B-L Austria
Clubräume Brunngasse 3, Wieselburg