

AQUA—JOGGING

mit Michaela Kemmer
Physiotherapeutin

Ganzkörpertraining im Wasser mit speziellem Aquajogging-Gürtel:

- ☺ Erhöhung der Beweglichkeit
- ☺ Steigerung der Ausdauer
- ☺ Kräftigung der Muskulatur
- ☺ Entlastung der Gelenke

BEGINN: Mittwoch, 20. Feber 2019 um 18:30 Uhr
Folgetermine donnerstags 28. Feber 2019
07./14./21. März 2019

WO: Heiligenblut, Hallenbad

Melden Sie sich jetzt an!

Kurskosten: € 25,00 (plus Badeintritt)
Dauer: 5 Termine

Anmeldung: Gemeindeamt Heiligenblut
Hemma Messner ☎ 04824 2001 15

Ein Angebot des Familien- und Sozialausschusses der
„Gesunden Gemeinde Heiligenblut mit AK-Leiter Michael Siebler.

In Zusammenarbeit mit allen Mölltaler Gemeinden und gefördert aus den Mitteln: