

(16009) Funktionelle Wassergymnastik

04.01.2016 (18:45 - 19:30)

Die Gymnastik im warmen stehiefen Wasser (30-32 °C) beinhaltet Übungen zur Beweglichkeit, Dehnung und Kräftigung der Muskulatur. Das Wasser ermöglicht dabei durch den Auftrieb ein schmerzfreies Bewegen aller Gelenke über den gesamten Bewegungsumfang.

Beginn: Montag, 04.01.2016, 18.45 - 19:30 Uhr, 10 x

Ort: OsteMed-Klinik, Gnarrenburger Str.117, Brv. (*Therapiebecken*)

Gebühr: 85,00 € - Mitglieder 62,50 € (*incl. Eintritt*)

Referentin: Katrin Gerken, 04284 484864

Bitte nutzen Sie unsere Online-Anmeldung