

# SPORTVEREIN ESPENSCHIED

## Neuer Rückenkurs

**Beginn : Montag den 4. Oktober 2021**

**19.30 h – 20.30 h**

**Ort : Sportvereinshaus**

### **Trainingsinhalte:**

Mobilisation, Koordination, Kräftigung, Stabilisation des Rückens.

Kursleiterin: Susanne Bartholomay

Physiotherapeutin und Übungsleiterin

Kursgebühr: 10 Stunden - 30.- € (Mitglieder im SV Esp.)

50.- € (Nichtmitglieder)

Mindestteilnehmerzahl 8 Personen

**Teilnehmer müssen geimpft oder genesen sein – mit Nachweis**

Anmeldung bei Susanne Bartholomay, Tel. 06775 – 9693750

Fax. – 9687922 oder per e-mail: [susannebartholomay@web.de](mailto:susannebartholomay@web.de)