

WIRBELSÄULENGYMNASTIK

- BEIM TUS CELLE 92 -

**Bewegungssport
für einen gesunden Rücken**

Wirbelsäulengymnastik mit Ivonne Ahlvers

Ab dem 31.08.2022

mittwochs 18:30 - 19:30 Uhr

**in der Turnhalle der Neustädter Schule
Neustadt 14, 29225 Celle**

Rumpfmuskulatur kräftigen
Herz-Kreislauf-Aktivierung
Übungen für Koordination,
Gleichgewicht und Entspannung



ANMELDUNGEN UNTER 0171/ 5359879