… wir starten wieder durch …

BEWEGUNG FÜR DIE WIRBELSÄULE

Beweglichkeit | Kraft | G… …wicht | Reaktion | Koordination | Entspannung

!!ACHTUNG GEÄNDERTER KURSTAG!!
ab 22.10.2025 mittwochs
19.00 – 20.00
Rückenfit am Abend mit Selina

…2025
…00
…ckenfit am Abend mit Selina

Ab MI 08.10.2025
08.45 – 09.45
Rückenfit am Morgen mit Susanne

Die Gymnastik findet **jeden Mittwoch Vormittag und Abend im Christian-Ludwig-Attersee-Saal** in Steinbach statt.

Kurszeitraum: 07./08.Oktober bis 17. Dezember 2025
14. Jänner bis April 2026

Kosten: 8,00 € pro Einheit

Die Saalmiete wird zur Hälfte von der Gesunden Gemeinde übernommen.
Besten Dank dafür!

Auf Euer Kommen freut sich „Euer Kreuz“ und

Susanne Spalt
Physiotherapeutin
Tel. 0670/6037364

Selina Spalt, BSc
Physiotherapeutin
Tel. 0664/73108112

Sag's bitte dem Nachbarn, der Cousine, der Freundin, dem Onkel … weiter und lade alle Interessierten herzlich ein!