

SG Post/Süd „Prävention durch Sport“ Programm, 2. Halbjahr 2020

Die Sportgemeinschaft Post/Süd Regensburg e.V. bietet in Zusammenarbeit mit der AOK Regensburg und der Physiotherapiepraxis S. Morgenroth und I. Edenhofer Regensburg die folgenden Präventivkurse für den Bereich Rücken an:

Kurs A: Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining
Dienstag von 18:00 bis 19:00 Uhr
8 Kurstage
Beginn: **22.09.2020** letzter Kurstag: **10.11.2020**
Leitung: Präventionssporttrainer/Physiotherapeut Andrej Schleicher

Kurs B: Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining
Mittwoch von 18:00 bis 19:00 Uhr
8 Kurstage
Beginn: **23.09.2020** letzter Kurstag: **11.11.2020**
Leitung: Präventionssporttrainer/Physiotherapeut Andrej Schleicher

Alle Kurse finden in der Praxis für Physiotherapie Morgenroth und Edenhofer, Lilienthalstr.8, 93049 Regensburg statt.

Kursgröße: mindestens 6 und höchstens 8 Teilnehmer/innen.

Kursgebühr: € 75 je Kurs – für AOK- Mitglieder kostenfrei

-