

AQUA—JOGGING

mit **Michaele Kemmer**
Physiotherapeutin



Ganzkörpertraining im Wasser mit
speziellem Aquajogging-Gürtel:

- ☺ Erhöhung der Beweglichkeit
- ☺ Steigerung der Ausdauer
- ☺ Kräftigung der Muskulatur
- ☺ Entlastung der Gelenke

BEGINN: Mittwoch, 15. Juni 2022
wöchentlich um 10:00 Uhr

WO: Reibitz, Schwimmbad

Melden Sie sich jetzt an!

Kurskosten: € 20,00 (plus Badeintritt)
Dauer: 4 Termine

Anmeldung: Familija
☎ 04782 2511
✉ familija@rkm.at
www.familija.at



In Zusammenarbeit mit allen Mölltaler Gemeinden und gefördert aus den Mitteln: