

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



Danke

BEGINN: Mittwoch, 16. Juni 2021
wöchentlich um 10:00 Uhr

WO: Reibbeck, Schwimmbad

Rahmenbedingungen für die Veranstaltung:

Teilnahme nur mit Nachweis

„3-G Regel“: getestet, geimpft oder genesen

Im Eingangs- und Umkleidebereich Maskenpflicht, Abstandsregel 2 m

Melden Sie sich jetzt an!

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

Anmeldung: FamiliJa Familienforum Mölltal
 04782 2511
www.familija.at  Find us on:
facebook

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