

Fitness für Best Ager

Land  Frauen
Schwarzenbronn

10 Termine
vom 08.10. bis 10.12.2025
immer mittwochs 18:30 Uhr
Schwarzenbronn / Alte Schule



Mit den Antara Übungen
unterstützt Du Deinen
Körper effektiv:

- Verbesserung der Stabilität und Beweglichkeit
- Kräftigung Beckenboden
- Starke Körpermitte
- Verspannungen werden gelöst
- Rücken gestärkt

Infos & Anmeldung bei Doreen Federau / Kursleiterin
TEL. 0151/59895019

Die Veranstaltungen finden im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des
LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V. statt.

Gäste willkommen!