



GUTEN MORGEN WORKOUT

BEWEGT IN DEN TAG

Kursbeginn: 1.10.2024, 9-10 Uhr, 10 Vormittage

Kosten: 50 €

Einmalige Einschreibgebühr ProSportsLieboch: 20€

Ort: Kleiner Musiksaal im Haus der Musik
Marktplatz 2, 8501 Lieboch

Wir beginnen den Tag mit Mobilisations- und Koordinationsübungen und verbessern unser Gleichgewicht. All das gelingt mit Spaß und Freude an der Bewegung in einer netten Runde.

Bitte eine Matte, Handtuch und hallentaugliche Turnschuhe mitbringen.

Kursleiterin: Mag. Maria Breitegger, Übungsleiter für Seniorensport, Gesundheitspädagogin

Kontakt: Mag. Maria Breitegger: 0681/10360450
verein@prosportslieboch.com