INFORMATIONS VERANSTALTUNG

des TSV Reinhausen e.V.







Di, 07.11.2023 von 9:00 - 11:00 Uhr

GRUNDLAGEN

Wissenswertes rund um Arthrose

ÜBUNGEN FÜR JEDEN TAG

Gezielte Übungen zur Stärkung der Muskulatur Beweglichkeitstraining für Knie und Füße

ANLEITUNG UND BETREUUNG

durch die qualifizierte Trainerin Annette Wiesneth

Teilnahmebeitrag 18 €

ANMELDUNG bei

Annette Wiesneth 055922017640 wiesneth@nedde.net TSV Reinhausen 1920 e.V.