

Schulter-Hüfte und Gehirnleistungstraining

Viele Ideen zur Dehnung der strapazierten Nacken- und oberen Rückenmuskeln sowie der Mobilisation rund um den Schultergürtel. Für den Bereich Becken und Beine gibt es effektive hüftöffnende Mobilisationen in Kombination mit Dehnungen. Abwechslungsreiche Bewegungsübungen für jedes Alter, fordern Körper und Geist. Gezielte Übungen verbessern die Gedächtnisleistung, die Konzentration und die Koordination und bringen gleichzeitig viel Spaß. (++)

Termin	Samstag, 02.07.2022
Ort	Festhalle Leingarten Jahnstraße 11 74211 Leingarten
Zeit	Lehrgangsbeginn: 09.30 Uhr Lehrgangsende: ca. 17.00 Uhr
Referentin	Eva Breitschäfer
Teilnahmegebühr	Mitglied 10,- Euro Nichtmitglied 20,- Euro
Arbeitskreisfrau	Sonja Staudt
Anmeldung bei bis 23.06.22	Kreisgeschäftsstelle Franka Weihbrecht Tel.: 07131 86288, Fax: 07131 5943787 E-Mail: info@landfrauenverband-heilbronn.de Tel.: Montag und Donnerstag 8.30 bis 12.00 Uhr oder auf AB
Bitte mitbringen	ÜL-Ausweis Matte Handtuch Verpflegung

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Teilnahmebedingungen nach geltender Corona-Verordnung zum Zeitpunkt und am Ort der Veranstaltung.
<https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/aktuelle-infos-zu-corona/aktuelle-corona-verordnung-des-landes-baden-wuerttemberg/>

Der KreisLandFrauenverband Heilbronn lädt ein



Gäste sind willkommen!

Samstag, 02. Juli 2022
74211 Leinfelden

Im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks
des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

Fortbildung für Gymnastikleiterinnen