



Fußgymnastik

In dieser Stunde dreht sich alles rund um die Füße, die uns ein Leben lang tragen. Mit Barfußpfad, Kräftigung und Mobilisation wirken wir möglichen Fußfehlstellungen entgegen.

Schnuppern I: Di., 26. März, 16:00 bis 17:30 Uhr

Schnuppern II: Sa., 6. April, 9:30 bis 11:00 Uhr

TV-Kursraum

Gebühr: 8,50 € (für Mitglieder kostenlos)

Leitung: Dajana Mews

Anmeldung: Tel. 0163-7573209 oder direkt vor Ort

Bitte saubere Füße und warme Socken mitbringen!