

Vitaler Rücken

Die Kräftigungs- und Dehnungsübungen helfen die Körperhaltung zu verbessern und die Gelenke und die Wirbelsäule zu entlasten. Die Entspannungsübungen helfen Verspannungen und Stress abzubauen und fördern die Regeneration von Körper und Geist.

TERMINE:

Mittwoch	09:30 - 10:30	Light
	16:00 - 17:00	Yoga
Freitag	11:00 - 12:00	Fit Gym
Sonntag	11:30 - 12:30	WGym

SPORTSTÄTTEN:

Light Gym[Light]



Inheidener Str. 64

Yoga Gym[Yoga]



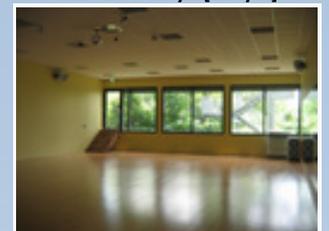
Inheidener Str. 64

Fitness Gym[Fit Gym]



Inheidener Str. 64

Wellness Gym[WGym]



Inheidener Str. 64

WEITERE INFOS:

Sportcenter Bornheim
Inheidener Str. 64, 60385 Frankfurt
Tel. 069 9450720
Email: info@tgbornheim.de
www.tgbornheim.de