SPORTCENTER BORNHEIM

Yoga Rückbildung

Mit speziellen Übungen werden Beckenboden gestärkt, Bauch und Rückenmuskulatur langsam wieder aufgebaut, Nacken und Schultern, die jetzt besonders beansprucht werden, wieder entspannt. Entspannungsübungen helfen, die Ruhe für den Alltag zu finden.

TERMINE:

Donnerstag	10:30 - 11:30	Water

SPORTSTÄTTEN:

Water Gym[Water]

Inheidener Str. 64

WEITERE INFOS:

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