

Gymnastik mit Peter Di Bora

... aus Freude an der Bewegung



ab Montag, **5. Oktober 2015**
St. Michael, Turnsaal,
Neue Mittelschule

Kurs 1: **18.30 Uhr**
Kurs 2: **19.30 Uhr**

©Salzburger Gütesiegel "Fitness- und
Gesundheitssport"

Auf schonende Weise verbessern Sie die Körperhaltung, Koordination, Atmung, Konzentration und Ausdauer. Unabhängig von Ihrem Alter verleihen Sie dadurch Ihrem Körper mehr Leistungsfähigkeit, Balance und Beweglichkeit und leisten somit einen wesentlichen Beitrag zur eigenen Gesundheitsförderung.

Kosten: Euro 43,- für 10 UE

Anmeldung: Christine Ramspacher, Tel: 0664-6553042