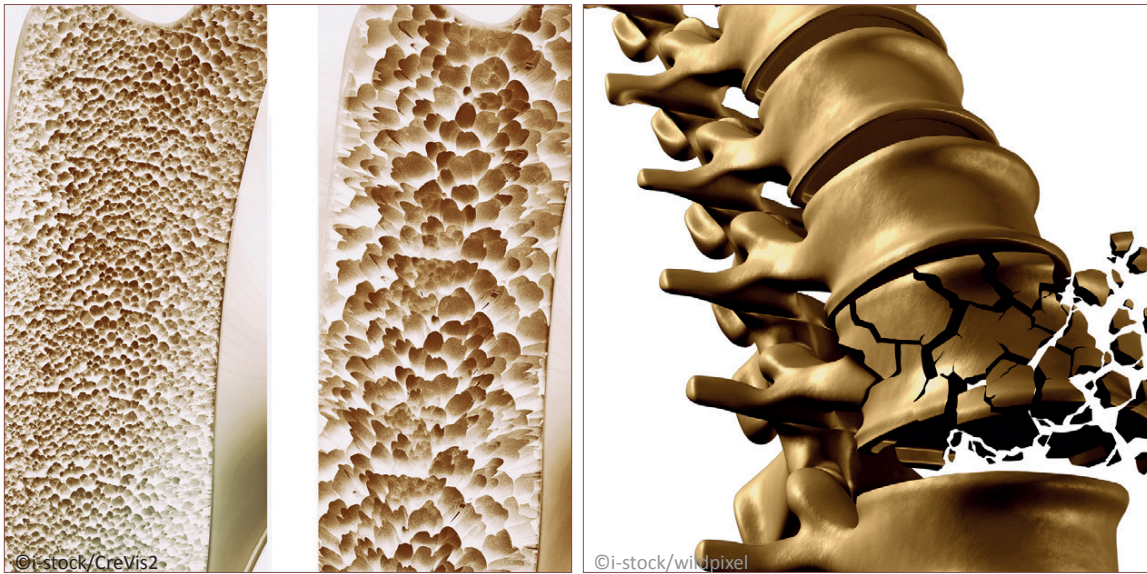


BGB Osteofitness® macht Ihre Knochen fit und stark



Wir haben ein für Sie gezieltes Funktionstraining entwickelt, welches Ihre Knochen stärkt und vor Knochen-schwund schützt

Tag/Zeit: Dienstag, 8.45 - 9.55
Dauer: 8 Wochen ab 15. Mai
Kosten: Fr. 23.00/Lektion
Ort: Dietikon
Leitung: Hélène Hürlimann
Praxis wellmyway
e-Mail: info@wellmyway.ch
tel.: 079 243 72 18

Inhalte
Wahrnehmung
Beweglichkeit
Koordination
Gleichgewicht
Kraftübungen