

# Wirbelsäulengymnastik

**Neuer Kurs ab Oktober 2025!**

Zeit: Donnerstag 17.50 Uhr bis 18.50 Uhr

Leitung: Ines Tödter

Preis: 96,00 Euro für 8 Einheiten

( Selbstzahlerleistung – keine Bezuschussung durch KK möglich )

Der Kurs ist für alle gedacht, die ihren Rücken stärken wollen, und Rückenschmerzen oder Bewegungseinschränkungen vorbeugen wollen. Es werden Übungen zur Kräftigung, Dehnung, Mobilisation und Haltungsschulung durchgeführt. Bitte beachten Sie, dass bei bestimmten Erkrankungen eine Teilnahme nicht möglich ist. Bitte erkundigen Sie sich vor der Anmeldung beim Praxisteam.

Anmeldungen sind ab sofort in der Praxis möglich!