

SVO-Aktiv

Endlich ist es wieder soweit, dass wir einen neuen Kurs aus dem Bereich Gesundheitssport anbieten können. Wie schon in vergangener Zeit richtet sich der Kurs an Frauen und Männer aller Altersklassen, die präventiv etwas für ihre Rückengesundheit tun wollen. Der Kurs ist auf 10 Termine, jeweils freitags von 18:00 Uhr – 19:00 Uhr eingerichtet. Beginn des ersten Kursabends ist Freitag, der 08.10.2021. Ausgenommen sind die Freitage in den Schulferien. Anmelden können Sie sich unter svo-aktiv@svo.germaringen.de oder telefonisch unter 08341 989567 (Donnerstag, 09:00 - 11:00 Uhr). Die Kursgebühren belaufen sich auf 65,00 Euro für 10 Übungseinheiten, je 1 Stunde. Unsere Kurse sind mit dem Qualitätssiegel "Sport pro Gesundheit" ausgezeichnet.

Die Kursgebühren werden von den meisten Krankenkassen übernommen. Informieren Sie sich auf der Webseite Ihrer Krankenkasse unter dem Stichwort "Gesundheitskurse" oder "Präventionskurse".

Eine Mitgliedschaft beim SVO ist nicht notwendig.

Kursangebot:

Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

Freitag in Obergermaringen, kleine Schulturnhalle
08.10.21 – 17.12.21 (am 05.11.21 findet kein Training statt wegen der Ferien)
10 Termine für 65Euro
18:00 - 19:00 Uhr mit Martin Mergler

Anmeldung unter svo-aktiv@svo.germaringen.de oder telefonisch unter 08341 989567 (Donnerstag, 09:00 - 11:00 Uhr).

Wir freuen uns auf Euch!