

Rückengymnastik – Die Rückengymnastik der Sport- und Skigymnastik (SSG) startet am Donnerstag, 18. Oktober. Neben Beweglichkeit und allgemeiner Fitness liegt ein besonderes Augenmerk auf der Stärkung der Rückenmuskulatur. Die Teilnehmer treffen sich wöchentlich donnerstags um 19.30 Uhr in der Sporthalle der kaufmännischen Berufsschule. Auch Neueinsteiger sind willkommen. Eine Schnupperstunde ist möglich. Weitere Informationen gibt es online unter www.ssg-bad-nauheim.de.