

Rückengymnastik der SSG beginnt am Donnerstag

Bad Nauheim (pm). Die Rückengymnastik der SSG Bad Nauheim startet nach den Weihnachtsferien wieder am Donnerstag, dem 16. Januar. Neben dem Spaß an der Bewegung und der allgemeinen Fitness liegt ein besonderes Augenmerk im Training auf der Stärkung der Rückenmuskulatur.

Die Teilnehmer treffen sich wöchentlich am Donnerstag um 19.30 Uhr in der Sporthalle der kaufmännischen Berufsschule. Gemeinsam in der Gruppe und unter Anleitung von erfahrenen Übungsleiterinnen gehen die Übungen gleich viel leichter. Auch Neueinsteiger sind willkommen.

Eine Schnupperstunde ist möglich, also einfach vorbeikommen. Weitere Informationen gibt es auf der Homepage:

www.ssg-bad-nauheim.de

WZ, 13.01.2020