



# Tag der Rückengesundheit

Am Samstag den **14. März** erwarten dich bei uns im Studio verschiedene kostenlose Kurse rund um das Thema **“Rücken”**:

**15 - 15:30 Uhr**

Funktionelles Rückentraining (UG)

Rückenyooga (OG)

**16 - 16:30 Uhr**

Rehasport Wirbelsäule (UG)

Feldenkrais für den Rücken (OG)



Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung unter:

**[www.ruhepunkt-yoga.de](http://www.ruhepunkt-yoga.de)**

[ruhepunkt-yoga@gmail.com](mailto:ruhepunkt-yoga@gmail.com) | 01575 4072522

Schäffbräustr. 9 | 85049 IN