



Sport-Club 1962 Niederstadtfeld



Gesundheitskurse in Kooperation mit der AOK

AOK- Rückenpower – Ein Kräftigungsprogramm

Stärken Sie Ihren Rücken gezielt mit diesem modernen Workout. Zum Einsatz kommen diverse Kleingeräte wie Gymnastikbänder, Schwingstäbe und viele mehr. So trainieren Sie Ihre Muskulatur auf ganz unterschiedliche Weise – abwechslungsreich und effektiv.

Der Kurs ist ZPP zertifiziert und wird von den Krankenkassen erstattet. AOK-Versicherte müssen nicht in Vorleistung treten. Die Krankenkassen erstatten zwei Kurse im Jahr.

Zeitraum: 21.03. – 23.05.2023
Tag/Uhrzeit: dienstags, 18.00 – 19.00 Uhr
Dauer: **10 Abende a 60 Minuten**
Kursleitung: Winfried Schäfer (Sportlehrer, ZPP-Zertifiziert)
Ort: Niederstadtfeld (Bürgerhaus)
Hauptstraße 18, 54570 Niederstadtfeld
Kursgebühr: **85.- Euro**
Anbieter: **SC 1962 Niederstadtfeld e.V.**

Anmeldung: www.aok.de/pk/gesundheitskurse
Kurs-Nr. **51133129**



Bei Fragen einfach melden:

SC 1962 Niederstadtfeld e.V. Winfried Schäfer 0160 1821612 Email: stk.reisen@t-online.de