



RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

Dienstag, 7. Februar 2017, Beginn: 10:00 Uhr

Turnsaal der Volksschule Großdietmanns

Das sanfte Wirbelsäulen- und Beckenbodentraining – mit oder ohne Baby! Im Rahmen unseres Projekts „Kleinregion Junior“ laden wir alle Mamas samt Nachwuchs dazu ein.

Das Training mit Iris Sailer (Praxisgemeinschaft „Spirit Body Soul“ in Groß Siegharts) unterstützt euch dabei nach der Geburt eure Figur wieder zu bekommen, stärkt den Beckenboden und verhilft somit zu einer gesunden Wirbelsäulenstatik.

Voraussetzung: Post-Gyn-Check 6 bis 8 Wochen nach der Geburt.

Information:

Kleinregion Waldviertler StadtLand
Mag. Viktoria Prinz
Kleinregionsmanagerin & Geschäftsführerin
Tel.: 02852/52506-330
Mail: viktoria.prinz@gmail.com
www.waldviertlerstadtland.at



Unterstützt durch
Amt der NÖ Landesregierung –
Abteilung Raumordnung und Regionalpolitik
Fonds für Kleinregionen

ZVR-Zahl: 332561781

Sitz: Kleinregion Waldviertler StadtLand, 3950 Gmünd, Schremser Straße 6
Telefax: 02852/52506-500, e-mail: kleinregion@waldviertler-stadtland.at

Bankverbindung: Sparkasse Waldviertel Mitte, IBAN: AT95 2027 2004 0026 2911, BIC: SPZWAT21XXX lautend auf „Kleinregion Waldviertler StadtLand“