

Tag der Rückengesundheit

SGL-Bewegungszentrum
Langforter Str. 72

Freitag, 15. März

■ kostenlose Analysen:

Back-Check

10:00-12:00 Uhr & 15:00-17:00 Uhr

Tanita-Waage

10:00-12:00 Uhr & 15:00-17:00 Uhr

molibso® Fuß- & Ganganalyse
Menschen besser bewegen

10:00-13:00 Uhr & 14:00-18:00 Uhr

Fußparcours

10:00-12:00 Uhr & 15:00-17:00 Uhr

Halswirbelsäulen-Check

10:00-12:00 Uhr & 15:00-17:00 Uhr

five -Parcours

10:00-12:00 Uhr & 15:00-17:00 Uhr

Anmeldung vor Ort!

■ kostenlos Mitmachen:

9 Uhr: BodyWork, bellicon® Balance, Wirbelsäule sanftes Rückentraining

10 Uhr: Faszienfit, Wirbelsäule, Fit im Gleichgewicht

17 Uhr: Wirbelsäule

18 Uhr: PowerMix, Wirbelsäule

19 Uhr: PowerYoga, FunctionalQube Power

Tu' Deinem Rücken etwas Gutes und komm vorbei!

Im Rahmen des Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



**Wir bewegen
Langenfeld**