

Geschäftsstelle:
Barsbütteler Weg 30
22113 Oststeinbek
Tel.: 040 712 05 95

Stretching

- Ohne Schmerzen leben -
bewegen - dehnen - entspannen

Stretching bekommt eine neue wichtige Bedeutung!
Neueste Erkenntnisse belegen den Erfolg vom Dehnen der Gelenke und der verspannten Muskulatur. **Schmerzen verschwinden, die Beweglichkeit wird besser.** Den Beweis liefert Karin Hüttmann als Sportpädagogin in der Knieschule seit langem.

Lauf-/Uhrzeit: Donnerstag, 6. Juni – 19. September 2019, 12.45-13.15 Uhr

Ort: Gymnastikhalle Sportforum Oststeinbek, Meessen 34

Gebühr: 80 € / 12 Std. - Kostenfrei mit ärztlicher Verordnung (für Rehabilitationssport)

Leitung: Karin Hüttmann

Mitbringen: großes Handtuch, Gymnastikschuhe

Anmeldung: ab sofort schriftlich auch per Internet geschäftsstelle@oststeinbek.net
Überweisungen auf das Konto des OSV DE21 2006 9177 0002 2822 08
Fon 040 712 05 95 (OSV)



Begrenzte Teilnehmerzahl! Keine Aufnahmegebühr! Keine Vereinsgebühr!

Anmeldung zum Kurs

„Stretching“ ab Donn. 06.06. 2019, 12.45-13.15 Uhr; Oststeinbek, 80 €/12 Std.

Hiermit melde ich mich verbindlich an und überweise gleichzeitig die Gebühr auf o.g. Konto des OSV: DE21 2006 9177 0002 2822 08

Name Vorname

PLZ/Ort Str./Nr.

Tel. (priv.) e-mail

Glinde, den Unterschrift