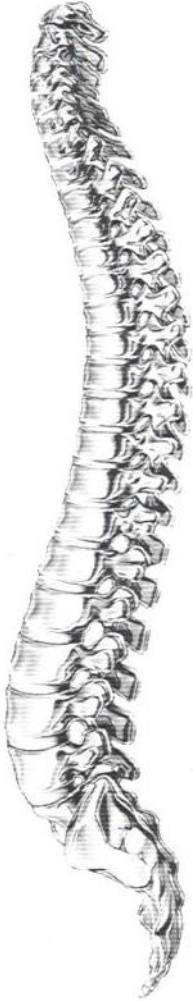


RückenFit in die Woche



40Min. den Rücken stärken,
mobilisieren und entlasten mit
Übungen im Stehen und Liegen -
ONLINE - durch:

EFFEKTIVES RÜCKEN - und BAUCHTRAINING online im Livestream

- **Wann:** Montag von 18.30h - 19.10h
- **Wo:** Bei Ihnen zuhause
- **Kosten:** Für 8 Einh. vom 29.Januar bis 18.März24 / 48€

Bei einem verpassten Termin bekommt man die
Aufzeichnung dazu

weitere Infos unter:

Relax + Fit

Mobiles Gesundheitsmanagement

Annette Bloching
Durlocher Straße 11 - 76229 Karlsruhe
Telefon 0721/48 17 31 · Mobil 0160/93 46 32 39
E-Mail info@relax-und-fit.de · www.relax-und-fit.de
Termine nach Vereinbarung