

## **Nächster Start für den Kurs: „Gesundes Krafttraining für Reha- Patienten“**

**Möchtest du zusätzlich zu deinem verordneten Reha Sport bei uns ein weiteres Mal unter fachlicher Anleitung gezielt deine Muskulatur kräftigen und die Muskel-Faszien lang ziehen?**



**08.04.-01.07.2024: 12 x 75 min. Gesundes Krafttraining in der Gruppe, montags 11.45-13.00 Uhr mit Erika Breitbach**

**04.04.-04.07.2024: 12x 75 min. Gesundes Krafttraining in der Gruppe, donnerstags 11.45-13.00 Uhr mit Erika Breitbach**

**Kursgebühr: 90,00 Euro (7,50 pro Einheit)**

**Kursort: Krafraum in der OTV-Halle**

**Neugierig geworden?**

**Ein Einstieg ist jederzeit nach Rücksprache möglich.**

**Dann melde dich an und sichere dir einen Platz unter: 0212- 71788 oder [reha@otv88.de](mailto:reha@otv88.de) bei Erika Breitbach**