

Gesunde Wirbelsäule

- Wie gehen wir mit unserem Bewegungsapparat im Alltag um?
- Verbesserung sturzrelevanter Fähig- und Fertigkeiten.
- Praktisches Training von ergonomisch richtigen Bewegungsabläufen und entsprechenden Ausgleichs- und Entspannungsübungen.

Information

Kursdauer:	2 Einheiten
Kursbeitrag:	5,00 € Teilnahmebeitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, die sich „gesunde“ Bewegungsabläufe bewusst machen wollen.

Verfügbare Termine

11.11.2025 09:00, Zwettl-Niederösterreich

Ort	Zwettl-Niederösterreich
Beginn	11.11.2025 09:00
Ende	11.11.2025 11:00
Örtlichkeit	BBK Zwettl, Pater Werner-Deibl-Straße 8, 3910 Zwettl-Niederösterreich
Information	Kerstin Biegl, Tel 0664 4116004, kbiegl97@gmail.com
Kursnummer	3-0091934
Trainer:in	Hubert Lukse
Veranstalter	Die Bäuerinnen im Bezirk Zwettl