THERAPIEZENTRUM
HOPFGARTEN - BRIXENTAL

WIRBELSÄULEN-GYMNASTIK KURS

Herbst 2026 –Winter 2026/2027 Frühling 2027

RÜCKENSCHMERZEN VORBEUGEN
HALTUNG VERBESSERN
FIT FÜR DEN ALLTAG

Geführt von erfahrenen Physio-, Ergotherapeuten und Fitnesscoaches
-individuell und effektiv

Trainer:
Lisa Widmoser I Elisabeth Hetzenauer I Physiotherapeutinnen
Kathrin Schwarzenberger I Ergotherapeutin
Alina Kreitz I Fitness-Coach

Kosten pro Block € 110,-
8 Einheiten à 50 Minuten I Anfängergerecht
Teilerstattung von Krankenkasse mit Verordnung vom Hausarzt möglich

BLOCK 1	DO	29.10	05.11	12.11	19.11	26.11	03.12	10.12	17.12
BLOCK 2	DO	14.01	21.01	28.01	04.02	11.02	18.02	25.02	04.03
BLOCK 3	DO	25.03	01.04	08.04	15.04	22.04	29.04	13.05	20.05

Wir starten jeden Kurs als Anfängerkurs. Neue Teilnehmer werden im Block 2 und 3 bevorzugt behandelt.

Immer donnerstags von **18.00 - 19.00 Uhr**
im **Fitnessstudio Injoy**

INJOY

ANMELDUNG TELEFONISCH, PER MAIL, IM SEKRETARIAT ODER ÜBER DIE HOMEPAGE (KURSE)
Änderungen vorbehalten

THERAPIEZENTRUM HOPFGARTEN - BRIXENTAL
Schmalzgasse 9 I A-6361 Hopfgarten
Tel.: +43 5335 50030 I Mobil: +43 664 73452731
info@tzhopfgarten.at I www.tzhopfgarten.at