

Seminar-Nr. 49/2019

„Die starke Wirbelsäule“

Ein Rückenprogramm

Zielgruppe	PädagogInnen in Kinderkrippe Kindergarten Kinderhaus Kinderhort	Unser Rücken ist unsere tragende Säule. Wir tun unserer Wirbelsäule gut mit leichtem Muskeltraining, Wahrnehmungsübungen, Balance- und Haltungsschulung. Verschieden Bereiche wie z.B die Lendenwirbelsäule werden aktiviert, entlastet und verwöhnt. Hier tankt unser Rücken Kraft und Energie.
Zeitpunkt	16.04.2019	Übungen und Entlastungsmöglichkeiten für jeden Tag werden vermittelt.
Ort	IBB-Bildungszentrum Hausham	Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.
Seminarzeit	09.15-15.00 Uhr	
Referentin	Claudia Schlienz	
Kosten	120,00 €	