

Rücken-Fit

Kräftigen Sie Ihren Rücken und verbessern Sie Ihre Koordination sowie Fitness in einer aufgestellten Gruppe von 3-10 Teilnehmer/-innen.

Ihre Instruktoren, diplomierte Physiotherapeutin, bietet Ihnen ein abwechslungsreiches, rückengerechtes und effizientes Programm, welches Spass macht.

Einzelstunden 16.-sFr

10erAbo 150.-sFr

gratis Schnupperlektion

Dienstag 10:00-11:00

Freitag 10:00-11:00

Mitbringen müssen Sie:

- bequeme Sportkleidung
- Turnschuhe oder Turnsocken
- Badetuch

Ob jung oder alt, Einstieg jederzeit möglich. Sind Sie noch immer etwas unsicher, so rufen Sie einfach an oder melden Sie sich für eine gratis Schnupperlektion an.

Anmeldung für Schnupperlektion oder zur ersten Stunde per Mail oder Telefon

GsundheitsPraxis Bürki & Klarer

Sarah Bürki, dipl. Physiotherapeutin

Rudolf-Diesel-Strasse 10

8404 Winterthur

Tel / Fax 052 238 08 08

info@gsundheitspraxis-bk.ch

www.gsundheitspraxis-bk.ch

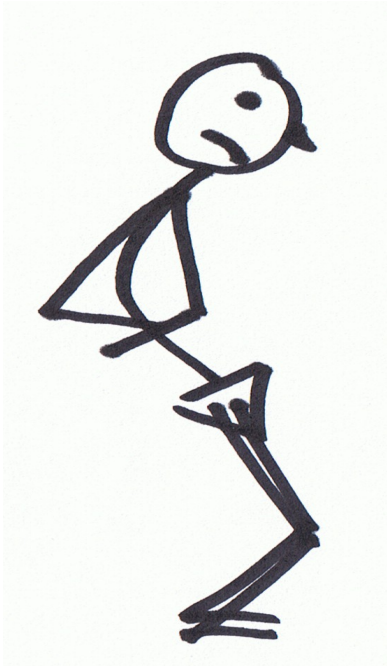


Haben Sie Rückenbeschwerden oder fehlt Ihnen die Bewegung?

Rücken-Fit wird Ihnen gut tun und erst noch gefallen. Die Schmerzen verschwinden, Sie bewegen sich wieder sorgloser durch den Alltag, Sie fühlen sich einfach fitter.

Hier kräftigen Sie Ihren Körper und lernen nebenbei, wie Sie Ihren Rücken und die anderen Gelenke schonend im Alltag einsetzen, sei es im Beruf, Haushalt oder Sport.

Fühlen Sie sich angesprochen, dann lesen Sie doch auf der nächsten Seite weiter



Praxis für Physiotherapie und medizinische Massagen

Unser Angebot

Medizinische Massage
klassische Massage
Sportmassage
Manuelle Lymphdrainage
Brügger Therapie
sanfte Wirbeltherapie nach Dorn
Schröpfkopf-Behandlung
Kinesio Tape
manuelle Triggerpunkttherapie
Dry Needling
analytisches biomechanisches Konzept Sohier
medizinische Trainingstherapie (MTT)
Bewegungstherapie
Rückenschule und Ergonomie
Gesundheitsspezialist fit@school
Domizilbehandlung / Heimbehandlung
Kräuterstempelmassage
Hot Stone Massage
Rücken-Fit (Gruppengymnastik)
Massagekurs für den Hausgebrauch

GsundheitsPraxis Bürki & Klarer

Rudolf-Diesel-Strasse 10

8404 Winterthur

Tel/ Fax 052 238 08 08

info@gsundheitspraxis-bk.ch

www.gsundheitspraxis-bk.ch



**GsundheitsPraxis
Bürki & Klarer**

Rücken-Fit

Gruppengymnastik für Jung und Alt