



Herzliche Einladung für 1 x Probetraining

beim BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V.

Wassergymnastik:

...ist ein spezielles Bewegungstraining im Wasser. Durch die hohen Temperaturen (34°C - 36°C) erwärmen sich Muskeln und Gelenke. Dabei nimmt die Elastizität des Bindegewebes vor allem in Gelenknähe zu, die Durchblutung in allen Gewebsanteilen steigt, die Muskulatur entspannt sich.

Folgende Termine stehen zur Auswahl:

Freitag, den 01. März 2024

08. März 2024

15. März 2024

22. März 2024

29. März 2024

Wann? 16.00 - 16.30 Uhr

Wo? im Sibyllenbad (Bad Neualbenreuth)

Einlass: 15.30 Uhr

Kosten: 4,- Euro (für 30 Minuten Wassergymnastik, bei maximal 3 Stunden Gesamtaufenthalt im Bad)

Bitte mitbringen: Badekleidung, Duschsachen, Badeschuhe, evtl. Bademantel

Teilnahme ist nur nach telefonischer Anmeldung möglich:

Büro LEBENplus: 09632 8409318



**BVS-Reha-Sportverein
Waldsassen e.V.**



LEBENplus Waldsassen
Johannisplatz 3 | 95652 Waldsassen
Telefon: 09632 8409318
E-Mail: waldsassen@meinlebenplus.de
www.meinlebenplus.de



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Dieses Projekt wird aus Mitteln des
Bayerischen Staatsministeriums
für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.