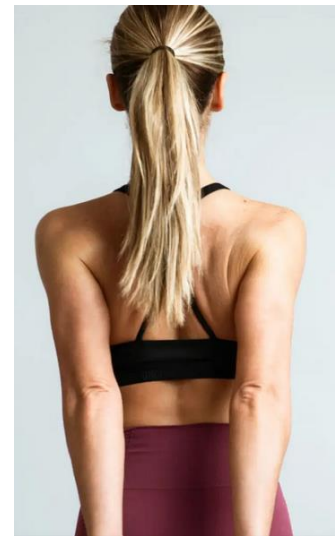


Einladung an alle Landfrauen und Interessierte zum Landfrauenfrühstück mit Vortrag „Rückenfit auf Schritt und Tritt“

Unser Rücken ist ein Wunderwerk der Natur. Leider schenken wir ihm erst Beachtung, wenn er sich beschwert und schmerzt. Was der Rücken kann, damit wir leistungsfähig sind und wie wir das erhalten, erklärt uns Meinrad Fußeder von der SVLFG in seinem Vortrag "Rückenfit auf Schritt und Tritt". Wie kann ich rüchenschonend arbeiten? Was muss unser Rücken alles leisten? Anschließend werden wir gemeinsam mit Herrn Fußeder noch Rückengymnastik ausprobieren.



Wann: Mittwoch, 28. Februar 2024
ab 8.30 Uhr Frühstücksbuffet

Wo: Alpengasthof „Gröbl-Alm“
Gröblalm 2, 82481 Mittenwald

Referent: Meinrad Fußeder, SVLFG

Kosten: 2.- € für Vortrag
18,50 € für Frühstücksbuffet inkl. Heißgetränke
(vor Ort bei der Veranstaltung zu bezahlen)

Anmeldung bis 24.02.2024 bei Anna Maria Noder
Tel.: 0160-91111001 – gerne auch per What`s App