



**Turnverein 1886
Okriftel am Main e.V.**
gemeinsam bewegen

Funktionelles Beckenbodentraining

*für Frauen und Männer
mit Beckenbodendysfunktionen*

für Frauen nach Beendigung eines Rückbildungskurses

für Frauen in oder nach der Menopause,

**ab 19.4.2024
freitags ab 19 - 20 Uhr
in der Schulturnhalle
Albert-Schweitzer-Schule**

**10er Kurs
Mitglieder 40 €
Nichtmitglieder 80 €**

Funktionelles Ganzkörpertraining mit Fokus auf den Beckenboden



Anmeldung über franziska@tv-okriftel.de
oder über <https://www.tv-okriftel.com/sportangebote/funktionelles-beckenbodentraining/>