

# Programm „Rücken fit“

## Kurs zur Rückengesundheit



shutterstock.com; © Jacob Lund

### „Rücken fit“-Kurs in Horn

**Beginn des Kurses: 02. März 2020, 18.30 Uhr**

- 8 Einheiten zu je 1,5 Stunden jeweils Montag
- Kostenbeitrag: 54,00 € pro Teilnehmer/in
- Teilnahme für ÖGK-Versicherte zwischen 18 und 65 Jahren
- Sportwissenschaftliche Einstiegs- und Abschlussuntersuchung bestehend aus Back-Check, Muskelfunktionstests und Wirbelsäulenscreening

**Begrenzte Teilnehmerzahl!**

Anmeldung erforderlich unter Tel. 05 0766-120854 bzw. per Mail an [horn@oegk.at](mailto:horn@oegk.at).

Info & Auftakt  
**20.02.2020**  
Beginn: 18.30 Uhr  
Kunsthau Horn  
Wiener Straße 2  
3580 Horn