



Sportverein Nittendorf

Gemeinsam
aktiv –
für ein gesundes
Leben!

Gesundheitssport

Haltung und Bewegung mit Ganzkörperkräftigung



Stark
in Körper,
Geist und
Alltag!



Gesunde Haltung

für einen aufrechten
und entspannten
Körper



Mehr Bewegung

für mehr Mobilität,
Flexibilität und
Energie



Ganzkörperkräftigung

für einen stabilen
und starken
Körper



Wohlbefinden

für mehr
Lebensqualität
und Ausgeglichenheit



8 x 60 Minuten



Kursstart: 06.10.2026



**Immer dienstags
von 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr**



Im Sportheim Nittendorf
(Eichenweg)



Kosten: 70,00 €
(Bezuschussung der Krankenkassen
möglich)



ÜL: Angelika Leyerer
B-Lizenz Sport in der Prävention

**0151/50164229
09404/4423**

Fit bleiben –
aktiv leben!

SPORT PRO
GESUNDHEIT

DSB

