



Kontakt zu Ihrer Tageszeitung:

[»» Kontakt zu v](#)
[»» Werben bei](#)

westline-Archiv

Sortierung: Relevanz Aktualität

Gymnastik für die Wirbelsäule

Der TB Rauxel veranstaltet neue Kurse mit **Wirbelsäulengymnastik**. "Gezielte wirbelsäulenschonende und kräftigende Gymnastik lässt Verspannungen verschwinden oder erst gar nicht aufkommen", sagt Erwin Bathke, der frühere Vorsitzende des TBR und Übungsleiter bei der **Wirbelsäulengymnastik**: "Bewegung ist die beste Medizin." Kurse bietet der Verein ab Donnerstag, 14. September, jeweils donnerstags um 17.45 Uhr in der Turnhalle an der Cottenburgstraße sowie ab Freitag, 15. September, jeweils freitags um 17.45 Uhr und 18.45 Uhr in der Turnhalle an der Lessingstraße (Erich-Kästner-Grundschule) an.

Information und Anmeldung unter Tel.: (02305)21433 (Erwin Bathke).

Freitag, 01. September 2006 | Quelle: Ruhr Nachrichten (Castrop-Rauxel)

