**INGYENES CSOPORTOS**

**GYÓGYTORNA**

**DEMECSER**

**Csoportos gyógytorna heti egy**

**alkalommal-keddenként-szakképzett**

**gyógytornász közreműködésével az Erkel Ferenc Művelődési Ház és Könyvtár épületében**

**18:00 órai kezdettel.**

**Az irányított gerinctorna**

**minden korosztálynak ajánlott**

**a mai rohanó életünk mellett.**

**Segítség a gerinc és derékfájással küzdő**

**betegek számára és átmozgató az**

**ülőmunkát végző dolgozóknak is.**

***SZERETETTEL***

***VÁRUNK***

***MINDEN KOROSZTÁLYT***

***A TORNÁN!***

*Ami szükséges: kényelmes ruházat,*

*Polifoam, vagy egy nagy törölköző, ásványvíz.*