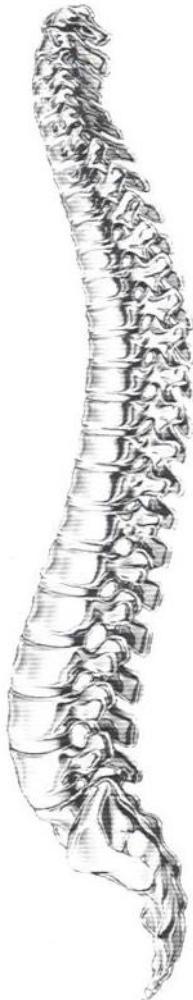


Ein gesunder Rücken kann entzücken!

Ob im Büro oder nach Feierabend
für 20 Min. im Stehen und Sitzen
den Rücken entlasten in einer
kurzen



„Aktiven Pause“ - ONLINE im Livestream

- **Wann:** Ab Donnerstag, 29.01.26 von 18.30h - 18.50h
bis
Donnerstag, 16.04.26
- **Wo:** Bei Ihnen zuhause oder im Büro
- **Kosten:** 12 Einheiten / 48€
oder individuell ausgewählte Monate möglich / 16€ im Mon.

Termin verpasst? Man bekommt dafür eine Aufzeichnung

weitere Infos unter:

Relax + Fit
Mobiles Gesundheitsmanagement

Annette Bloching
Durlacher Straße 11 - 76229 Karlsruhe
Telefon 0721/48 17 31 · Mobil 0160/93 46 32 39
E-Mail: info@relax-und-fit.de · www.relax-und-fit.de
Termine nach Vereinbarung