

**POSKRIBIMO ZA NAŠO HRBTENICO,
PREDNO NAS ZAČNE BOLETI.**

VADBA ZA
ZDRAVO
HRBTENICO



Telovadba je namenjena:

- vsem, ki želijo ohraniti zdravo hrbtenico brez bolečin,
- tistim, ki imajo kronične bolečine v hrbtenici,
- katerih delovno mesto zahteva prisilne drže (sedenje za pisalno mizo, šivalnim strojem, tekočim trakom...).

kdaj? POPOLDANSKI TERMIN

kje? TELOVADNICA (fizioterapija ZD Trebnje)

Informacije in prijave se zbirajo na telefonski številki:

030 322 808

Vadbo vodi kineziologinja.

Mesečni prispevek: 25 €

Prijava je obvezna zaradi omejenega števila udeležencev.