

## Hinweise:

**Dauer:** 6 x 90 Min.  
**Orte:** Praxis Renate Lebek  
Regentenstr. 29  
42289 Wuppertal - Langerfeld  
Die Färberei  
Stennert 8 13,  
42275 Wuppertal - Oberbarmen  
Die BARMER  
Karlstr. 13, >BARMER Haus<  
42105 Wuppertal - Elberfeld

*Bitte tragen Sie sportlich-bequeme  
Kleidung und bringen Sie ein  
Handtuch mit.*

**Anbieter:** **Brigitte Lindau**  
Pädagogin,  
Entspannungstherapeutin  
**Kursleiter:** **Martin Möller**  
staatl. anerk. Physiotherapeut  
Diplom-Psychologe  
Entspannungstherapeut

**Gebühr:** 90,- €  
(hohe Zuschüsse – ca. 80% der  
Kursgebühr – von gesetzl.  
Krankenkassen)

## Information und Anmeldung:

0202/602916 (B. Lindau)

## Beratung:

**Martin Möller**  
**Private Praxis für Physiotherapie**  
Albringhauser Str. 2  
45549 Sprockhövel  
Tel.: 0151/20706870

## Termine:

### Die Färberei (Oberbarmen)

Stennert 8 13, 42275 Wuppertal

- **Di., 31.08.2010, 19.30 Uhr**

### Praxis Renate Lebek (Langerfeld)

Regentenstr. 29, 42289 Wuppertal

- **Mo., 30.08. 2010, 18.30 Uhr**
- **Mi., 01.09. 2010, 18.30 Uhr**
- **Mi., 03.11. 2010, 18.30 Uhr**
- **Mo., 08.11. 2010, 18.30 Uhr**

### Die BARMER (Elberfeld)

Karlstr. 13, >BARMER Haus<, 42105 Wuppertal

- **Fr., 03.09. 2010, 18.30 Uhr**
- **Fr., 05.11. 2010, 18.30 Uhr**

**Dauer: 1x wöchentlich  
6 Termine à 90 Min.**

*Weitere Kurse auf Anfrage*

*Alle Kurse auf Anfrage auch  
in Schulen und Firmen!*

**Neu:**

**Wochenend-Workshops  
"Bewegung und Entspannung"**

Informationen unter  
[www.zeit-fuer-entspannung-aktuell.de](http://www.zeit-fuer-entspannung-aktuell.de)  
**0202/602916**

# Sanftes Rückentraining

## Wirbel für Wirbel gesund!

Leichtes Wirbelsäulen- und  
Muskeltraining unter der fachkundigen  
Anleitung eines staatlich anerkannten  
Physiotherapeuten.

## Kursprogramm für das 2. Halbjahr 2010

## Neue Kurse ab August!

Die Kurse erfüllen  
die Voraussetzungen des  
**§ 20 Abs. 1 SGB V (Primärprävention)**  
Hohe Zuschüsse von den gesetzlichen  
Krankenkassen

**Wir stärken Ihnen  
den Rücken!**

