

Kom og forkæl din ryg

Kom til gratis "ryg-dag" på Gotvedinstituttet den 25. november kl. 13-15. Få to timers inspiration og øvelser til ryggen, som du kan bruge derhjemme. Alle er velkomne

Din rygsøjle er hele kroppens udgangspunkt. En sund ryg kræver, at musklerne, der bevæger rygsøjlen, er lige stærke og lige afspændte. Den 25. november inviterer Gotvedinstituttet til gratis "ryg-dag", hvor de dygtige studerende på uddannelsen til bevægelsepædagog står klar til at gøre dig klogere på ryggen og dens funktioner.

De studerende går på 3. semester og afslutter deres uddannelse til sommer. Denne lørdag arrangerer de workshops om bevægelse, træning og teori om ryggen.

Oplev Gotvedinstituttet bag kulisserne og se, hvordan de studerende arbejder. Arrangementet er for alle, der er nysgerrige efter at vide mere om Gotvedinstituttet, gotvedgymnastikken og uddannelsen til bevægelsepædagog. Læs mere om uddannelsen her:

<http://www.gotved.dk/uddannelsen>

Arrangementet er gratis og for alle.

Tilmelding: <http://www.gotved.dk/kurser/vi-saetter-fokus-paa-ryggen>

Yderligere information og tilmelding for pressen:

Kontakt kommunikationsmedarbejder Pernille Yde Honoré:

mobil 81 44 04 24