



# Rückenschule

Schwarzwaldstraße 11b  
Frankfurt-Niederrad  
[WWW.TV-NIEDERRAD.DE](http://WWW.TV-NIEDERRAD.DE)

**MIT TOP AUSGEBILDETEN  
PHYSIOTHERAPEUTINNEN  
UND -THERAPEUTEN**

---

Dienstags von 18:15 - 19:15 und  
19:30 - 20:30 im 2.OG

## **LERNE:**

- ▶ Deinen Rücken muskulär zu stärken
- ▶ Die richtige Haltung
- ▶ Deinen Rücken zu regenerieren und zu entspannen

