
Start am Dienstag, 08. September 2026

Bitte vereinbaren Sie die vier **Einzelsitzungen** (drei vor Beginn der Edukationssitzung und eine nach Ende des Gruppenkurses) entweder bei uns vor Ort oder telefonisch.

DI 08.09.	Edukationssitzung		
DI 15.09.	Edukationssitzung		
DI 22.09.	Übungsprogramm	FR 25.09.	Übungsprogramm
DI 29.09.	Übungsprogramm	FR 02.10.	Übungsprogramm
DI 06.10.	Übungsprogramm	FR 09.10.	Übungsprogramm
DI 13.10.	Übungsprogramm	FR 16.10.	Übungsprogramm
DI 20.10.	Übungsprogramm		
DI 27.10.	Übungsprogramm		
DI 03.11.	Übungsprogramm		
DI 10.11.	Übungsprogramm		

jeweils DI 16.10 bis 17.10 Uhr / FR 14.45 bis 15.45 Uhr

Anmeldeformular GLA:D Rücken Programm

KURS 3/26

Beginn am Dienstag, 08. September 2026

Name, Vorname

Geburtsdatum

Mobile Telefonnummer

E-Mail

Für die Zusendung der Fragebogen