

Beweg' dich Gesunder Rücken



**Werden Sie aktiv! In den kostenlosen Kursen der ÖGK
arbeiten Sie gezielt an Ihrer Rückengesundheit!**

Für alle Personen ab 18 Jahren mit leichten Rückenbeschwerden
oder Risikofaktoren für Rückenprobleme.

Kursdauer: 14 Wochen (zwei Termine pro Woche)

Weitere Infos unter www.gesundheitskasse.at/ruecken

