

# Präventive Rückenschulung

## Präventives Rückentraining fördert Kraft, Beweglichkeit und Entspannung.

- aktives Rückentraining
- Planung und Durchführung eines Rückenschulprogramms
- didaktische + methodische Grundlagen
- Körpererfahrung und Körperwahrnehmung

» **Kennenlernen und richtig anwenden im Alltag**

## Kurszeiten (10er Block, ca. 3 x pro Jahr)

**Mittwochs von 18.30 – 19.30 Uhr**  
**Freitags von 11.00 – 12.00 Uhr**  
**in unseren Praxisräumen**

**Wo?** Moerser Str. 83  
40667 Meerbusch  
Tel.: 02132 / 91 14 14

**Kursleiter** Radu Selagian, Julia Seifert

Der Kurs kann 70 % – 80 % von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden!



**Radu Selagian**

Praxis für  
Krankengymnastik  
und Physiotherapie

Moerser Str. 83  
40667 Meerbusch  
Tel.: 02132 / 91 14 14  
02132 / 91 14 15  
Fax: 02132 / 91 14 16  
praxis@selagian.de  
www.selagian.de

**Anfragen bitte von montags bis freitags**  
**in der Zeit von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr**  
**oder per E-mail unter [praxis@selagian.de](mailto:praxis@selagian.de)**

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihre Nachricht!**