Kinder-Rückenschule

Sitzen in der Schule, im Auto, am Computer und vor dem Fernseher. So gestaltet sich heute der Alltag vieler Schulkinder. Bewegung und somit auch der Sport rücken leider immer mehr in den Hintergrund. Beste Vorraussetzung für eine schlechte Haltung im Erwachsenenalter.

Dagegen wollen wir etwas tun! Wir wollen Muskeln stärken und Bewegung fördern, um eine bessere Haltung zu erreichen. Das Rückentraining für Kinder beinhaltet Spiele und kindgerechte Bewegungsformen.