



**ONLINE
VORTRAG
MITTWOCH
14.10.2026
18 UHR**

FITTER RÜCKEN – WEG MIT RÜCKENBESCHWERDEN

Rückenschmerzen gehören zu den häufigsten Alltagsbeschwerden. Erfahren Sie, wie Sie durch gezielte Übungen, bessere Haltung und mehr Bewegung Ihre Rückengesundheit nachhaltig verbessern können. Für einen starken und belastbaren Rücken.

KRISTINA HATZINGER,
SPORTWISSENSCHAFTLERIN

Zugangslink:

 bit.ly/Gesundheitskanal