

**Der SCL (Sportclubladen) in der Friedrichsstraße 5 öffnet während der Zeit des “BOULEVARD – ALTSTADT ZUM VERLIEBEN” in den Ferien an jedem Dienstag von 15:00-18:00 seine Türen.**



**In unseren Aktivwochen möchten wir sie zu verschiedenen Themen einladen:**

**Dienstag, 30.07. Juli 2019 von 15:00-18:00Uhr**

**Thema: Rückenfit beim SC Hoyerswerda**

In dieser Woche möchten wir Ihnen zeigen, was wir das ganze Jahr über in unseren Kursen „Wirbelsäulengymnastik“, „Pilates“ und Rückenfit so alles machen. Viele Menschen klagen über Rückenschmerzen, könnten diesen aber schon mit einfachen Übungen entgegenwirken. Wir zeigen Ihnen wie Sie ihren Alltag rückengerecht gestalten können.