



Übung 1



Übungen mit dem
Fitnessband

Gute Idee?

JA! Bewegung ist immer
eine gute Idee!

Wir helfen Ihnen auf die Sprünge!



Übung 2



Übungsvideo direkt auf www.kgkk.at/guteidee ansehen!

 Kärntner Gesundheitsfonds





Übung 3



Übungen mit dem
Fitnessband

Gute Idee?

JA! Bewegung ist immer
eine gute Idee!

Wir helfen Ihnen auf die Sprünge!



Übung 4



Übungsvideo direkt auf www.kgkk.at/guteidee ansehen!

 Kärntner Gesundheitsfonds





Übung 1



Übungen mit dem
Fitnessband

Gute Idee?

JA! Bewegung ist immer
eine gute Idee!

Wir helfen Ihnen auf die Sprünge!



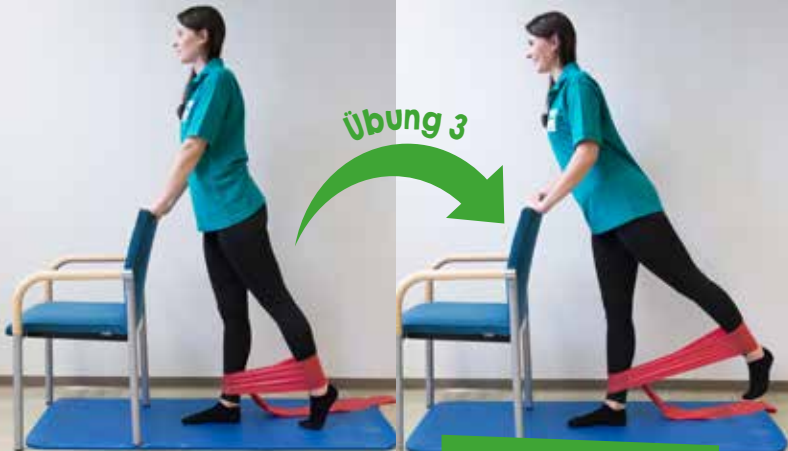
Übung 2



Übungsvideo direkt auf www.kgkk.at/guteidee ansehen!

Kärntner Gesundheitsfonds





Übungen mit dem Fitnessband

Gute Idee?

JA! Bewegung ist immer eine gute Idee!

Wir helfen Ihnen auf die Sprünge!



Übungsvideo direkt auf www.kgkk.at/guteidee ansehen!

 Kärntner Gesundheitsfonds

