

Flyer DIN lang  
6 Seiten

## Unser Kurs-A

### Dr. Wolff-Rückenzentrum

Kräftigung der Rückenmuskulatur:  
Antagonisten, Dehnungsprogramm  
und softwaregestützte Messverfahren  
zum Erkennen von muskulären Dysbalancen.

### Rückenschule

### Wirbelsäulengymnastik

funktionelle Kräftigungsübungen  
des Binde- und Stützapparates  
Vermittlung von rückengerechtem  
Alltagsverhalten als Vorbeugemaßnahme.

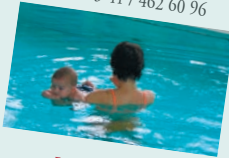
### Wassergymnastik:

### Aqua Fitness für Jung und Alt

- Babyschwimmen
- Kinderschwimmen ab 3 Jahre
- Präventionsangebote der Krankenkassen
- physiotherapeutische Leistungen
- ambulante Rehasport

**SRZ Leipzig e.V.**  
Verein für Präventions- und Rehabilitationssport

**Leipzig Connewitz:**  
Zentrum für Wassergymnastik  
Bornaische Straße 55  
04279 Leipzig  
Tel.: 03 41 / 462 60 96



**Leipzig Gohlis:**  
Franz-Mehring-Str. 5  
04157 Leipzig  
Tel.: 03 41 / 900 30 51

**Leipzig Mitte:**  
Talstraße 30  
04103 Leipzig  
Tel.: 03 41 / 14 99 02 90

Riemannstraße 29b  
04107 Leipzig  
Tel.: 03 41 / 26 17 785

**SRZ Leipzig e.V.**  
Verein für Präventions- und Rehabilitationssport

**Leipzig Grünau:**  
Garskestraße 2  
04205 Leipzig  
Tel.: 03 41 / 946 88 89

Selliner Straße 1b  
04207 Leipzig  
Tel.: 03 41 / 944 62 10



**Leipzig Schönefeld:**  
Waldbaurstr. 4  
04347 Leipzig  
Tel.: 03 41 / 246 01 98

durch verschiedene  
Bewegung der Muskulatur eine  
verbesserte Versorgung der Knochen  
mit Nährstoffen.

\* auch als Rehabilitationsmaßnahme  
über Ihren Hausarzt zu beantragen

Infos über stattfindende Kurse der  
einzelnen Schwerpunktbereiche oder Fragen  
zum Reha-Sport unter:  
03 41 / 944 62 10

Rufen Sie einfach an.  
Unsere qualifizierten Übungsleiter geben  
Ihnen gern Auskunft und vereinbaren mit  
Ihnen einen Termin.

## SRZ Leipzig e.V.

Verein für  
Präventions- und  
Rehabilitationssport



Flyer DIN lang

BORNAISCHE 55

## Das Kindersport- Zentrum

### Kinder-Lern-Schwimmen

- ab 4 Jahre
- unter fachkundiger Anleitung

### Babyschwimmen

- für alle Babys ab 4 Monate
- Anschlusskurse für Kleinkindschwimmen

### Kindergeburtstag

- im eigenen Schwimmbad
- für Kinder von 3 bis 10 Jahre
- auch für Nichtschwimmer geeignet
- Wassertemperatur >32°C
- mit oder ohne Animationsprogramm
- inklusive aller Spiel- und Schwimmgeräte
- immer Samstag und Sonntag ab 13 Uhr

### Kindersport

- von 0-6 Jahre
- auch für Tagesmutter



Infos unter  
Zentrum für Wassergymnastik  
Bornaische Str. 55, 04279 Leipzig  
Tel. 03 41 / 462 60 96  
Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-18 Uhr

