



Center da Sanadad Savognin SA
Gesundheitszentrum Savognin AG



RÜCKBILDUNGSKURS – ZURÜCK ZU DEINEM WOHLBEFINDEN

IM CENTER DA SANADAD SAVOGNIN

Ort: Mehrzweckraum Center da Sanadad
Datum: Jeweils freitags (Start 22.05.2026 / Ende 10.07.2026)
Anmeldefrist: bis Freitag, 24. April 2026
Kosten: CHF 250.00 pro Kurs
Zeit: 17:00 Uhr

Nach der Geburt ist es wichtig, sich Zeit für sich selbst zu nehmen und den Körper zu stärken. Unser Rückbildungskurs hilft dir dabei, deinen Körper nach der Schwangerschaft wieder in Balance zu bringen und die Muskulatur von Bauch, Beckenboden und Rücken zu kräftigen.

Unser Rückbildungskurs besteht aus 8 Einheiten, die aufeinander aufbauen. Jede Einheit dauert 60 Minuten.

Die Kursgebühr beträgt 250 Franken für alle 8 Einheiten. Der Kurs wird jedoch nur durchgeführt, wenn mindestens 4 Teilnehmerinnen angemeldet sind. Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, behalten wir uns vor, den Kurs zu verschieben oder abzusagen.



KURSLEITUNG PEGGY FUHRMANN

Peggy Fuhrmann ist Sportwissenschaftlerin, Heilpraktikerin, verheiratet und Mutter.

Sie wurde 1978 in Sachsen (Deutschland) geboren und schloss 2005 ihr Studium der Sportwissenschaften im Bereich Rehabilitation/ Prävention an der Universität Potsdam ab. 2011 absolvierte sie erfolgreich die staatliche Prüfung zur Heilpraktikerin. Seit 2013 lebt sie in Savognin, wo sie 2014 ihre Praxis eröffnete in der sie mit viel Herz Menschen auf ihrem Weg in die Schmerzfreiheit begleitet.

Anmeldung bitte direkt an der Zentrale, per Email unter:
info@spital-savognin.ch oder telefonisch unter: 081 669 14 00

