



*Gerne
berate ich Sie
individuell*

Ilka Kürsten

Physiotherapeutin
Tanzpädagogin
Rückenschulleiterin
Personal Trainer
Asthmatrainerin
Entspannungspädagogin



*Der **Anfang** ist
die **Hälfte des Weges.***



Kursraum
Am Bergacker 30
96199 Zapfendorf



Sonnen-Apotheke

Bamberger Straße 23
96199 Zapfendorf
Telefon 09547/208
Mobil 0172/9483979

sonnen-apotheke-zapfendorf@t-online.de
www.sonnen-apotheke-zapfendorf.de



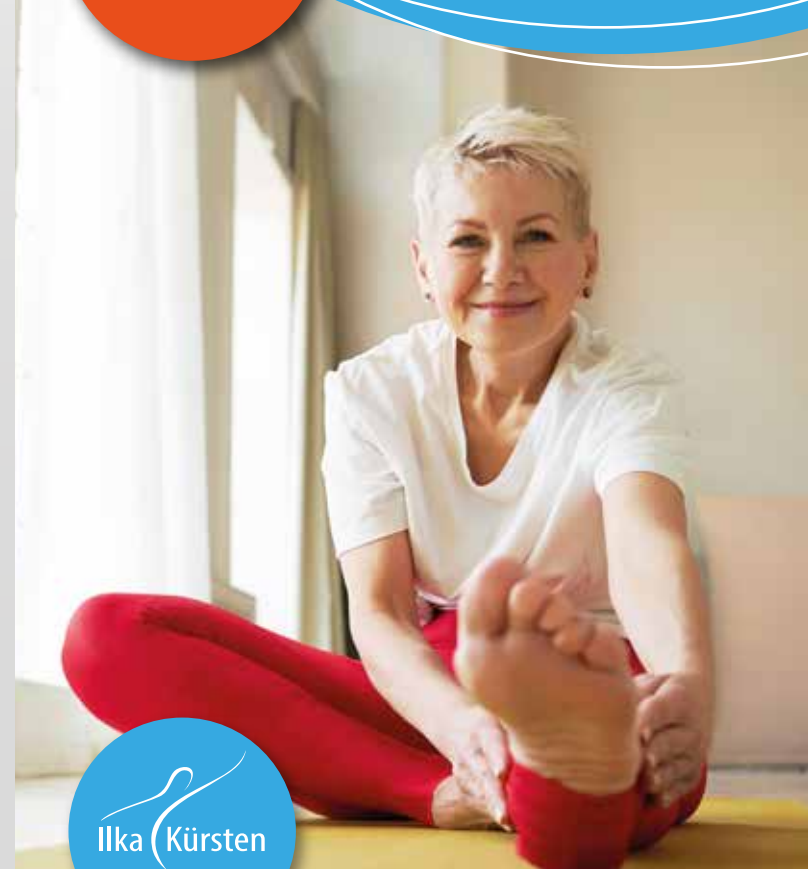
sonnen.apo



natürlich
DIE REGULATIONSPHARMAZIE

Rückenschule
Herbst/Winter
2026

*Anmeldung
unter
09547 208*



Sonnen-Apotheke

mit Umweltlaboratorium | Apotheker Holger Kürsten e.K.
Bamberger Str. 23 | 96199 Zapfendorf | Telefon 0 95 47 / 2 08

Unsere neuen Kurse ab Oktober 2026

MONTAG

Rückenschule nach KddR Early Bird
ab 09.11.2026, 7.45 bis 8.45 Uhr
Sportlerheim Rattelsdorf

Rückenschule nach KddR
ab 09.11.2026, 9.00 bis 10.00 Uhr
Sportlerheim Rattelsdorf

Rückenschule nach KddR
ab 09.11.2026, 10.10 bis 11.10 Uhr
Sportlerheim Rattelsdorf

Rückenschule nach KddR im Sitzen
ab 09.11.2026, 11.15 bis 12.15 Uhr
Sportlerheim Rattelsdorf

Rückenschule nach KddR
ab 26.10.2026, 18.00 bis 19.00 Uhr
Am Bergacker 30, Zapfendorf

Rückenschule nach KddR
ab 26.10.2026, 19.10 bis 20.10 Uhr
Am Bergacker 30, Zapfendorf

DONNERSTAG

Rückenschule nach KddR
ab 29.10.2026, 18.30 bis 19.30 Uhr
Am Bergacker 30, Zapfendorf

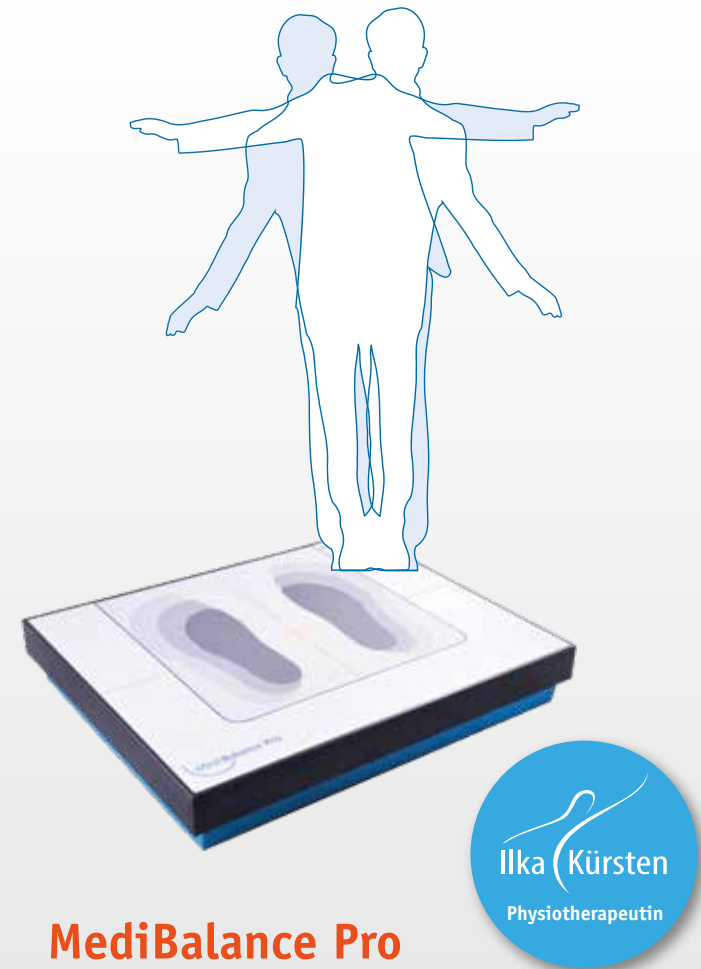
FREITAG

Rückenschule nach KddR
ab 23.10.2026, 8.30 bis 9.30 Uhr
Am Bergacker 30, Zapfendorf

Rückenschule nach KddR
ab 23.10.2026, 10.00 bis 11.00 Uhr
Am Bergacker 30, Zapfendorf

Rückenschule nach KddR
ab 23.10.2026, 11.10 bis 12.10 Uhr
Am Bergacker 30, Zapfendorf

Alle Kurse 10 x 60 Min. 105 € Teilnahmegebühr · Von den Krankenkassen bezuschusst
Zu allen Kursen ist eine vorherige Anmeldung erforderlich



MediBalance Pro

bietet einen exakten Test von Gleichgewicht/Koordination und ein darauf und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Training.

MediBalance Pro unterstützt Sie wirksam bei

- Standunsicherheit und Schwindel
- Gleichgewichts- und Kreislaufproblemen
- Koordinations- und Konzentrationsstörungen
- Optimierung des Gleichgewichts im (Leistungs-)Sport
- Rücken- und Verspannungsschmerzen