

# Inhaltsverzeichnis

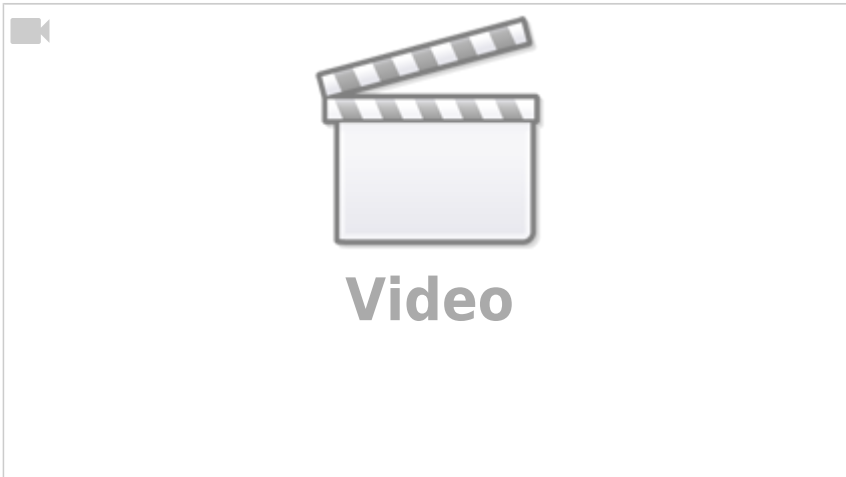
**Buero Dehnuebungen** ..... 3



# Buero Dehnuebungen

5 Minuten Dehnübungen am Schreibtisch → Schnelle Hilfe gegen Verspannungen:

<https://www.youtube.com/watch?v=Gpw8vvp5eMk>



From:

<https://wiki.cfust.de/> - **Christians Wiki**

Permanent link:

[https://wiki.cfust.de/doku.php/oeffentlich/buero\\_dehnuebungen?rev=1714461429](https://wiki.cfust.de/doku.php/oeffentlich/buero_dehnuebungen?rev=1714461429)

Last update: **2024/04/30 07:17**

