

Workshop „Faszien-Training“

- Einführung in die Welt der Faszien
- Theorie und Basiswissen des Faszien-Trainings
- Anleitung/Umsetzung praktischer Übungsformen
 - Bitte, wenn vorhanden, Faszienrollen/-bälle (groß & klein) & Gymnastikmatte mitbringen!
- Datum & Uhrzeit:
14.1. und 21.1.2023, jeweils 9:00–10:00
- Ort: Festsaal (EG) der Landesmusikschule Frankenmarkt
 - Kursleiter: Peter Stüger, MSc
(Sportwissenschaftler & med. Trainingstherapeut)

Kosten: 30€

Weitere Infos & Anmeldung unter

0677/644568 97

(auch per WhatsApp möglich)

