

Veranstaltungsort: Wümmingen 2 * 28870 Ottersberg

Bewegungstherapie

Werde jetzt aktiv!
Einfach machen!



JETZT ANMELDEN

Kursplan 2. Halbjahr 2019*

Melde Dich jetzt zu unseren Bewegungstherapie-Kursen an!

Schaffe einen **Ausgleich** für Deine Bewegungseinschränkungen des Alltags und **genieße Dein neues Lebensgefühl!**

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17:00 – 17:45 Uhr			Roll Dich frei! (Faszien-Training)		
18:00 – 18:45 Uhr		Roll Dich frei! (Faszien-Training)	Dehn Dich beweglich! (Engpass-Dehnungen)		Roll Dich frei! (Faszien-Training)
19:00 – 19:45 Uhr	NEU Haltung bewahren! (ab 16.09.19)	Dehn Dich beweglich! (Engpass-Dehnungen)	NEU Haltung bewahren! (ab 16.09.19)		Dehn Dich beweglich! (Engpass-Dehnungen)

**Gültig ab 9. September 2019, Änderungen und Irrtümer vorbehalten, keine Veranstaltung während der Feiertage
Kursgröße: maximal 8 Teilnehmer! Bitte verbindliche Termine rechtzeitig buchen!*

Das Monats – Abo: komm so oft Du willst!

Drei Monate verbindlich für 89,00€/ Monat, danach monatlich kündbar!

Familien-Rabatt :

ab 18 Jahre: -5% * 16+17 Jahre: -10% * 14+15 Jahre: -15%

Keine Lust auf ein Abo? Kein Problem!

Wir haben auch Einzel-Karten!

Geeignet für Dich?

Bei unseren Bewegungstherapie-Kursen nach **Liebscher und Bracht** ist es tatsächlich egal, auf welchem Fitness-Level Du Dich befindest. **Es ist wirklich** ganz gleich ob mit körperlichen Einschränkungen, jung oder alt, übergewichtig, Sportmuffel oder Power-Workout-Typ - **Du machst immer nur so intensiv mit, wie Dein Körper es zulässt.**
Dein erster Schritt: Einfach mitmachen und Spaß haben!