

Muskeltraining mit kleinen Geräten und Feldenkrais mit dem Overball



Lektion für ein Muskeltraining mit dem Theraband, Overball und dem Tennisball.

Feldenkrais mit dem Overball. Bewusste Wahrnehmung der Bewegungen und körperliches Experimentieren eröffnen mit der Feldenkrais Methode neue Möglichkeiten für erhöhtes Wohlbefinden und bessere Effizienz.

Datum: Samstag, 7. Oktober 2017

Zeit: 9.00 Uhr - 12.00 Uhr

Ort: OS Turnhalle Brig-Glis

Leitung: Mazotti Elsi

Mitbringen: Notizmaterial, Kursbüchlein, Kaffeetasse

Anmeldung: **Anmeldung bis 23. September 2017**

Pfammatter Nadine

Termerstrasse 47, 3911 Ried-Brig

079/ 789 54 31 oder

nadine.pfammatter@bluewin.ch

Bitte vollständige Adresse, Tel./Natelnr. Mailadresse, Leitertätigkeit, Verein angeben.

Ich freue mich auf Deine Anmeldung!