

MUSKEL – DEHNEN

nach Liebscher & Bracht in

mit Andrea Grasserbauer

staatlich geprüfter Fitlehrwart mit Liebscher & Bracht-Ausbildung



DIESE ÜBUNGEN

SORGEN FÜR MEHR

BEWEGUNGSFREIHEIT

BEI VERSPANNTEN UND

VERKÜRZTEN MUSKELN

Für Jeden geeignet!

Am Samstag, **18.1.2025** von **16:00 h – 17:00 h**

Im **Aetas** Mursberg 29, 4111 Walding

15 € pro Person und Stunde

Bitte in bequemer Kleidung mit Isomatte und Trinkflasche.

ANMELDUNG UND INFO : Andrea Holzmann aus 4320 Allerheiligen

Tel. 0650/3611915 andreaholzmann@gmx.at www.energetik-andrea.at