

# MUSKEL – DEHNEN

nach Liebscher & Bracht

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 Dienstag, **18.2.2025** von **19:00 h – 20:00 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](mailto:andreaholzmann@gmx.at) [www.energetik-andrea.at](http://www.energetik-andrea.at)