

Trampolin-Workshop in Thun



Kursprogramm:

Mit dem Trampolin ein völlig neues, ganzheitliches Körpertraining erleben. Durch das Schwingen des Körpers und jeder einzelnen Zelle werden die tiefen Muskeln trainiert, der Stoffwechsel angeregt, die Bandscheiben und Knochen gestärkt und die Fettzellen zum Schmelzen gebracht. Das Schwingen setzt Endorphine frei und macht glücklich!

Besonderes:

Dieser Kurs darf von allen Interessierten besucht werden. Es gibt keine Voraussetzungen für den Besuch. Zudem kann der Workshop als Tageskurs gemeinsam mit dem Kurs Schmerzfreier Rücken nach Liebscher & Bracht besucht werden.

Datum: 14. Oktober 2023, 09.30-12.30 Uhr

Preis: CHF 75.00

Leitung: Ursi Schütz

Anmeldeschluss: 30.09.2023

Anmeldung & Ausschreibung: www.vitaswiss.ch/verbandsangebote