

Schmerzfreier Rücken nach Liebscher und Bracht



Kursprogramm:

Dieser Workshop richtet sich an alle, die beweglich und schmerzfrei im Rücken bleiben oder werden wollen. Die Teilnehmenden erhalten einen Einblick in das Faszien- und Dehntraining nach Liebscher & Bracht, welches auf der Faszienrollmassage und Engpassdehnungsübungen aufgebaut ist, mit dem Fokus auf die Rückengesundheit.

Besonderes:

Dieser Kurs darf von allen Interessierten besucht werden. Es gibt keine Voraussetzungen für den Besuch. Zudem lässt sich der Workshop – kombiniert als Tageskurs – mit dem Trampolinkurs am Vormittag absolvieren.

Ort: Faszientherapie Thun

Datum: 14. Oktober 2023, 13.30-16.30 Uhr

Preis: CHF 75.00

Leitung: Alexandra Flühmann

Anmeldeschluss: 30. September 2023

Anmeldung & Ausschreibung: www.vitaswiss.ch/verbandsangebote