



PeWe-Gesundheitstraining

Eva Merki Spiraldynamik® Fachkraft Level Intermediate
Tel. 076 400 65 48 www.pewe-gesundheitstraining.ch

Bewegen & Bewegen lassen

Sanftes Ganzkörpertraining

Funktionelle Anatomiereise durch den Körper

Das Wiederentdecken der eigenen elastischen Dynamik fördert die Bewegungsfreiheit und löst den Körper von manchen hartnäckigen Schmerzproblemen. Fehlhaltungen verlernen, Bewegungsintelligenz antrainieren. Mit **sanftem Ganzkörpertraining** Gesundheit und Wohlbefinden im Alltag erfahren.

Veränderungen brauchen Zeit, Ausdauer und Geduld

Tag: Mittwoch
Zeit: **09.00 - 10.15 Uhr**
Kosten: ganzer Block CHF 20 pro Training
einzelne Daten CHF 25 pro Training

Kursort: Bewegungsraum, Dorfswisstr. 14, 8165 Schöfflisdorf

Allgemeine Bedingungen: Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Bewegungen werden wo nötig, mit meinen, führenden Händen unterstützt. Die Unfallversicherung ist Sache des Teilnehmers.

Bezahlung: Der Kurs wird mit meiner Bestätigung kostenpflichtig und ist vor Trainingsbeginn zu begleichen. Die nicht wahrgenommenen Lektionen können nicht zurückerstattet werden.

Anmeldung an: Eva Merki, Surbgasse 6, 8165 Schöfflisorf
oder über: www.pewe-gesundheitstraining.ch/gruppen/ganzkoerpertraining/

..... Hier abtrennen

Anmeldung: Bewegungstraining **Sanftes Ganzkörpertraining**

Daten: 25.08.21 29.09.21
 01.09.21
 08.09.21
 15.09.21
 22.09.21

Ich benötige für meine Zahlung einen Einzahlungsschein

Name/Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Email: _____ Tel.: _____