



Budokan Saal e.V. Balance Kurse

beweglich und fit

ins Neue Jahr

mit Verena Moser

(ausgebildete Wirbelsäulengymnastik– und Faszientrainerin)

>> durch eine Mischung aus Kraft, Mobilisation und Bewegungsfluss Gesundheit durch mehr Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und zugleich Entspannung erreichen <<

Kursbeginn: Dienstag, 13.01.26, 17:00 bis 18:00 Uhr

Kursdauer: 5 Abende, je 60 Minuten (13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02.)

Kursgebühr: 36€
(Überweisung auf folgendes Konto: DE08 7506 9014 0000 255645
Raiffeisenbank Kelheim)

Der Kurs findet in der Ringstr. 5 in 93356 Teughn statt.

Anmeldungen unter budokansaalmoser@email.de

oder persönlich bei Verena Moser

mit gleichzeitiger Überweisung notwendig. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

Neuer Kurs