

Schmerzfrei und beweglich bis ins hohe Alter sollte die Normalität sein - keine Ausnahme!

Schmerzfrei – Kurs nach Liebscher & Bracht mit Michaela Klingberg jetzt im Studio Clubaktiv

Der Kurs bietet ein sanftes Training für jedes Alter, speziell aus der Schmerztherapie entwickelt, um verspannte Muskeln und verfilzte Faszien zu lösen und die Kraft und Beweglichkeit zu steigern.

Termine: Montags: 15.00 – 15.50 Uhr
Montags: 16.00 – 16.50 Uhr

Kosten: Mitglieder: 69,- Euro für 8 Termine
Nichtmitglieder: 79,- Euro für 8 Termine

Der Einstieg ist jederzeit möglich Teilnahme nur nach Anmeldung unter: 040 - 300 62 99 - 202