

Unser Angebot 2018:

Tages-/Abendkurse zum Thema Fuss-Knie-Hüfte

Tageskurse (10 – 16.30 h)

24. Febr. 2018 Zofingen

08. Sept. 2018 Zofingen

Abendkurs

25. Mai/ 01. Juni 2018 (je 19 – 22.00 h) Zofingen

Spezialkurse: Faszientraining nach den Prinzipien der Spiraldynamik®

Geschmeidiger, kraftvoller Rücken – bewegliche, stabile Beine und Füsse

26. Mai 2018 10-17.00 h Rothrist 05./12./19./26.März.2018 19.00-20.30 h Rothrist

27. Mai 2018 10-17.00 h Rothrist

Geschmeidiger, kraftvoller Rücken/ kraftvolles, dynamisches Impulszentrum Beckenboden

3. Nov. 2018 10-17.00 h Rothrist 5./12./19./26. Nov. 2018 19.00-20.30 h Rothrist

4. Nov. 2018 10-17.00 h Rothrist

Trainingsgruppen – ganzes Jahr – 1 x pro Woche

Ein effizientes Training von Kopf bis Fuss. Prävention pur, die Freude macht und den Alltag verändert.

Einzelberatung (Erwachsene und Kinder)

gemäss Absprache.

Anmeldung und Information: Margrit Widmer 062 794 19 84 oder margrit.widmer@spiraldynamik.com

Für weitere aktuelle Angebote und Informationen: www.ch-fuss-schule.ch

Kursleitung Rothrist: Margrit Widmer / Kursleitung Zofingen: Gabi Wickhalter