Constanze Geis
Yogapraxis
individuell • ganzheitlich • menschlich

FASZIEN TRAINING

Wiederherstellung einer gesunden, ausbalancierten Körperhaltung und natürliche, effiziente Bewegungen

Durch Selbstmassage oder Triggerpunkt Therapie als Traumalösung und anschl. Biomechanik/Struktur durch Haltungs-, Bewegungsübungen aus Yoga stabilisieren.

(ATSI= Anatomy Trans Structural Integration)	Myofaszial, Traumasensibel	oberflächliche und tiefe Faszien Linien

Zweiwöchig Montags um 19 Uhr; 4x 90min á 30,00€ ≙ 120€
Die Übungseinheiten bauen aufeinander auf!

18.01.2027	01.02.2027	15.02.2027	01.03.2027

Anmeldung unter...

Constanze Geis – Vitalpraxis, Dr. Wilhelm-Külz-Str. 25, 08223 Falkenstein
Mobil: 0151-588 947 69 / E-Mail: kontakt@vitalpraxis-vogtland.de / **www.vitalpraxis-vogtland.de**