

Faszientraining fasziniert

Selfmassage und Workout



Das Freitag-Abend-Training BLACKROLL® - BARRE CONCEPT® - FASZIEN

kräftige deinen Körper
werde beweglich und geschmeidig
erlange wieder Koordination und Ausdauer
optimiere deine Körperhaltung
befreie dich von deinen Beschwerden
ein lockeres und abwechslungsreiches Training

Studio TanzRäume
Könizstrasse 253 - Bern Liebefeld
jeweils 19.00 – 20.00
Kosten 25.--

barre concept

www.fasziencoaching.ch

079 517 52 68

Trainerin Senioren esa - Barre Concept® - Fascial Fitness - Blackroll® - Aerobic