FASZIEN - das geheimnisvolle Netzwerk!

Workshop mit BLACKROLL® für Männer & Frauen:
✨Dienstag, 7. Mai 2024, 19.15 - 20.45 Uhr
Erhalte erste Einblicke in die faszinierende Welt der Faszien.

🎯Erfahre Grundlegendes über dieses geheimnisvolle bindegewebsartige Netz und dessen Funktionen.

🎯In diesem 90 Min. Workshop erhältst du theoretisches Wissen über dieses wichtige Wunderwerk in deinem Körper, erlernst Myofascial Techniken und kannst in dem Workout verschiedene Tools von BLACKROLL® ausprobieren.

✨Nach dem Workshop besteht die Möglichkeit, für das Trainieren zu Hause eigene BLACKROLL® Tools zu erwerben.

Jetzt anmelden: www.vita-fit.ch

Vita-Fit Bewegungsraum | Trix Rey | Hauptstrasse 29B | 5502 Hunzenschwil