



Wir laden ein zum Vortag:

„Beweglicher Brustkorb“

Aufrichten, durchatmen und sich wohlfühlen ...

Alltäglicher Bewegungsmangel, einseitige Beanspruchung setzt dem Brustkorb und der Wirbelsäule zu.

Entdecken Sie, wie wohltuend ein beweglicher und aufgerichteter Brustkorb ist.

Schaffen Sie Platz für einen freien Atem, entfalten Sie neue Energie und zwar mit den Übungen aus der Spiraldynamik®.

Sie bekommen Anleitung in Theorie und Praxis.

Bewegen sie sich einfach gesund.

Wann: Mittwoch, den 19.09.2012 20.00 - 21.30 Uhr

Wo: Kath. Pfarrsaal Denzlingen, Stuttgarterstr. 1

Referentin: Annette **Oehler**
Physiotherapeutin, Spiraldynamik® Diplom

Eintritt frei!