

Bellicon-Trampolin- Kurs in Thun



Fit im Körper? Schwungvoll zum Idealgewicht? Freudvoll in Bewegung kommen? Freier Atemfluss? Mehr Gleichgewicht & Ausgeglichenheit? Becken - und Rückenstabilisierung? Ausdauertraining? Verdauungssystem aktivieren? Lymphfluss aktivieren? Koordination & Konzentration?

Jeder rhythmische Bewegungsimpuls auf dem Trampolin mit Gummiseilaufhängung, erzeugt in unserem Körper eine Resonanz

•

Montagstraining: Freudvolle Fitness 18:45 - 19:45

Kursdaten: 16. April / 23. April / 30. April / 7. Mai / 14. Mai

Kosten: 5 x 1h Fr. 135.--

oder

Persönliches Einzeltraining mit auf sie abgestimmtem Trainingsprogramm

oder

Einführungsworkshops: Daten auf Anfrage

Kursort: Haus der Bewegung «Orientasia» Gwattstrasse 93A, 3645 Gwatt b. Thun

Infos, Beratung, Verkauf der Geräte & Anmeldung: Monika Maibach 079 678 17 57

contact@journey-zentrum-maibach.ch