



CHIVA SUN

Brione s/Minusio

Workshop «Training mit Faszienbällen»

Diese speziellen Faszienbälle eignen sich bestens um verklebtes Gewebe wieder aufzulockern und durchlässig zu machen. Schlacken und Toxine werden abgeführt und Muskeln separiert, so dass jeder Muskel wieder ungestört seine Funktion übernehmen kann. Eine bessere Flexibilität ist die direkte Folge. So geniessen wir wieder mehr Spielraum in den Gelenken und beugen damit auch Arthrose vor. Gabriela leitet euch sicher durch Übungen für den ganzen Körper, um spezifische Verspannungen aufzulösen und den Energiefluss wieder richtig in Gang zu bringen.

Leitung: Gabriela Ghenzi

Datum/Zeit: Samstag, 8. Oktober 2022 10:45 – 12:15 Uhr

Ort: CHVA SUN Holistic Healing Center & Spa, Via Storta 74, 6645 Brione sopra Minusio

Kosten: CHF 70.00 pro Person

Anmeldung

Persönlich im CHIVA SUN, telefonisch unter T. 091 744 62 72,

E-Mail: info@optilution.ch, online: www.optilution.ch & www.chivasun.ch

