

NEU



1 TRIGGERN
TRIGGER



2 MOBILISIEREN
MOBILIZE



3 DEHNEN
STRETCH

SCHMERZEN BESIEGEN UND REGENERATION FÖRDERN! TMX® HILFT.

TMX® bieten allen Menschen die Chance, selbst gezielt und nachhaltig gegen Schmerzbilder und Verspannungen vorgehen zu können, um so das Optimum aus ihrer Regeneration herauszuholen. Wir werden in dem Kurs die “Volksleiden” in den Bereichen Rücken – Füße – Kopf-/Nackenschmerzen bekämpfen.

Kurstermine:

23.April

30. April

07.Mai

14.Mai

21.Mai

Immer ab 19:30 Uhr



SVK:35€

Nicht-SVK: 45€

(Einzelkursanmeldung möglich!)



TMX®



#TRIGGERDICHSELBST ### #TRIGGERDICHSELBST ### #TRIGGERDICHSELBST ### #TRIGGERDICHSELBST ### #TRIGGERDICHSELBST

**Fragen und Anmeldung bei:
Sophie Stoffel 0151 42842085**