

Cantienica® Tag der offenen Studiotür



Termin: Samstag, 4. Mai 2024 11 - 15 Uhr

11.00 - 11.40 Einführung: Cantienica® **Beckenbodentraining**
danach Fragen und Gespräch

12.00 - 12.40 Einführung: Übungen gegen **Arthrose**
danach Fragen und Gespräch

13.00 - 13.40 Einführung: Übungen für einen schmerzfreien **Rücken**
danach Fragen und Gespräch

14.00 - 14.40 Einführung: **Schultern, Nacken** und **Kopftraining**
danach Fragen und Gespräch

Ort: lebevoll Praxis für Gesundheitskultur
Karl-Hofer-Straße 4-6, 14163 Berlin Zehlendorf

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen - ich freue mich auf Euch

Kursleitung:
Corinna Buchholz

Telefon 0163 / 72 78 72 6

www.corinna-buchholz.de
corinna.buchholz@t-online.de




CANTIENICA®
Körper in Evolution
———— STUFE 4 PLATIN ————