

Workshop *Füsse*

Gesunde, bewegliche Füsse **Erwecken Sie Ihre Füsse zu neuem Leben!**

Sie beanspruchen Ihre Füsse beim Sport, im Beruf?
Sie wünschen eine Alternative zur geplanten Fussoperation?
Sie leiden an Fussproblemen?
Sie suchen eine Trainingsmöglichkeit für gesunde Füsse?
Sie möchten wissen, wie gesund Ihre Füsse sind?

Nach den Sommerferien biete ich einzelne Workshops an:

Samstag, den 18.9., 9.10. oder 27.11.2010
9:30 bis 11:30 Uhr
CHF 70, inkl. Kursunterlagen

Beschränkte Teilnehmerzahl - Kursanmeldung erforderlich!

Kursinhalt:

Theorie
Erlernen einfacher Kräftigungs- und Entspannungsübungen
Tipps und Ideen für den Alltag



Kursort:
Désirée Holenstein
Walkestrasse 11, 8400 Winterthur
076 443 95 39
Details auf zukunfts-schmiede.ch / workshops