

FREITAGSFLOW

ENTSPANNT INS WOCHENENDE

Neuer Kurs ab 13. September!

DEINE VORTEILE DURCH REGELMÄßIGES MOBILITY TRAINING



KÖRPERLICH

Verbesserte Beweglichkeit
Schmerzlinderung
Bessere Körperhaltung



GEISTIG & EMOTIONAL

Stressabbau
Verbesserter Schlaf
Erhöhtes Körperbewusstsein



GESUNDHEITLICH

Prävention von Alterserscheinungen
Verbesserte Durchblutung
Erhöhte Energie und Vitalität

Weitere Informationen auf
www.kampfkunstakademie.online