



Willst du Schmerzfrei und Beweglich sein?

Yoga und Engpassdehnungen

Die Engpassdehnungen der Schmerzfrei Übungen nach Liebscher & Bracht sind sehr bekannt und beliebt bei Frauen und Männer. Du wirst von mir, einem geprüften Schmerztherapeut, Bewegungstherapeut, Persönlich in den Übungen angeleitet.

Engpassdehnungen kombiniert mit Yoga und Faszien Yoga Übungen – FAYO - das Perfekte Konzept um mit Spass und Freude wieder Beweglich und Frei zu werden. Mach mit, probier es aus, und sei begeistert.

Kursleitung: **Thomas Millauer**
ärztlich geprüfter Yogalehrer, Heilmasseur, Schmerz- Bewegungs-
Therapeut, Dipl. Energetiker

Termin: jeweils Dienstag, von 19:30 bis 21:15 Uhr
Musikraum der Volksschule Leogang (3. OG)

Kursstart: 13. Jänner – 24. Februar 2025 (10. März)

Kosten: 5er Block / € 60,- pro Person - der Block ist 8 Wochen Gültig

Yogavorkenntnisse sind nicht erforderlich. Einstieg jederzeit möglich.

Melde dich noch heute an!

Tel.: 0664 / 23 87 732

E-Mail: thomas@harmonie-balance.at www.Harmonie-Balance.at



GESUNDE
GEMEINDE