

Entdecke Deine Kraft für Freizeit, Alltag und Sport

Erreiche durch **Bewegungstraining** – Gemeinsam in der Gruppe oder bei Einzelterminen:

Schmerzfreiheit

...durch Lösen von Verspannungen und Korrigieren von Fehlhaltungen

Entspannung & Ausgleich

...durch Abbauen von Stress und Forcierung von tiefem Schlaf

Leistungssteigerung & Regeneration

...durch Erweiterung des Bewegungsradius und Vorbeugung von Verletzungen

Frauen und Männer jeden Alters herzlich willkommen

Ort: **Volksschule Heinfels**
(Panzendorf 3, 9919 Heinfels)

Zeit: **ab 03.10.2024** – 5 Einheiten á 1,5 Stunden
donnerstags 18:30 – 20:00 Uhr

Bei Bedarf weiterer Termin:
donnerstags 16:45 – 18:15 Uhr

Preis für 5 Einheiten:
80 € für Mitglieder der Sportunion Heinfels
90 € für Nicht-Mitglieder

Gratis Schnuppertermin
Ort: Volksschule Heinfels
Zeit: **Donnerstag 19.09.2024**
18:30 – 20:00 Uhr
Anmeldung erbeten

Informationen, Anmeldung für Einzel- oder Gruppentermine bei:



Corina Tribelnig - zertifizierte TSAR[®] Trainerin,
Humanenergetikerin

Tel.: +43 (0) 676 70 38 189

E-Mail: corina.tribelnig@gmail.com

www.tsar.at