

Faszienkurs

BLACKROLL®

Lerne den richtigen Umgang mit der Blackroll

Entdecke die bindegewebigen Strukturen (Faszien) deines Körpers und lerne, wie du sie mit einfachen Methoden gezielt bearbeiten kannst.

D Mittwoch, 20.05.2026

A Mittwoch, 27.05.2026

Mittwoch, 03.06.2026

T Mittwoch, 10.06.2026

E Mittwoch, 17.06.2026

N Mittwoch, 24.06.2026

Jeweils 20.00 bis 21.15 Uhr

Kursort:
Gymnastikstudio DAG, Altdorf

Kosten:
CHF 195.00

Infos und Anmeldung bei:

Anita Stadler

dipl. Gymnastiklehrerin, zertifizierte Fascial Fitness Trainerin

079 425 93 80 - anita_stadler@bluewin.ch