



Eintracht
FRANKFURT

TURNEN

FASZIENTRAINING

» FÜR EINSTEIGER

Mehr Vitalität durch Bewegungsfreiheit

Das Thema „Faszien“ rückt zunehmend in den Fokus für einen gesunden und effektiven Körper. Deshalb erweitern wir unser Programm um ein weiteres Faszientraining, das Einsteigern durch gezielte Übungen die Elastizität, Geschmeidigkeit, Kraft, Wahrnehmung, Dehnfähigkeit & Regeneration des Körpers näherbringt und dabei hilft, sich ganzheitlich fit und vital zu fühlen.

- » **Datum:** ab dem **04. Oktober 2019**
- » **Uhrzeit:** freitags, 11:00 – 12:00 Uhr
- » **Ort:** Vereinsheim | Oeder Weg | Turnhalle (EG)
60318 Frankfurt am Main
- » **Kursleitung:** Gabi Kraft

» Weitere Informationen

Geschäftsstelle Turnabteilung » Oeder Weg 37, 60318 Frankfurt am Main
Öffnungszeiten » Di & Do 09:00 – 12:00 Uhr, 15:00 – 18:00 Uhr
Telefon » 069 55 35 40 E-Mail » turnen@eintracht-frankfurt.de