

Ganzheitliches Faszientraining

Faszien (Bindegewebe) sorgen für einen strukturierten Aufbau unseres Körpers. Sie sind trainierbar und haben Einfluss auf unsere Gesundheit und Leistungsfähigkeit. FASZIO® ist ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, was auf die Faszien abzielt. Durch ein regelmäßiges Training wird der Rücken stabilisiert, Verspannungen gelöst, die Haltung gebessert, so dass wir uns insgesamt freier bewegen können und wohler fühlen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe, Handtuch und Gymnastikmatte.

Kurs-Nr.	96-225 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Ursula Herbers
Daten und Kosten	Montag, 18.08.2025, 09:40 - 10:40 Uhr 53,40 Euro
Veranstaltungsort	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken Wesuweer Hauptstr. 46, 49733 Haren (Ems) Rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Nicola Weiß

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
18.08.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
25.08.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
08.09.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
15.09.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
22.09.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
29.09.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
06.10.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
27.10.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken
03.11.2025	09:40 - 10:40 Uhr	Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie Wilken