

TRAGER[®]
Die sanfte Körperarbeit

柔道



EINFÜHRUNG in die TRAGER® Körperarbeit

- Spannungen loslassen
- Bewegungsspielräume erweitern
- Lebendigkeit und Leichtigkeit erfahren

*Mühe los
und frei
bewegen*

1. April 2023 Entspannte Schultern, gelöster Nacken

10. Juni 2023 Weiche Füße, dynamische Wirbelsäule

Ort: Kindergartenweg 15, 5164 Seeham



Weitere Infos unter www.trager.at

Gertraud Neumayr

Mobil: +43/650/3903033 • E-Mail: gertraud.neumayr@sbg.at