



Du möchtest Deine Beweglichkeit effizient verbessern, Verspannungen lösen und Dich in Deinem Körper rundum wohl fühlen?

Dann können Dir „primal moves“ weiterhelfen: Der Workshop fokussiert das Erlernen natürlicher Bewegungsmuster mit dem Ziel, deine Beweglichkeit spielerisch und nachhaltig zu steigern.

Wann:

**Freitag, 26. Juni 2026,
18.30 - 21.00 Uhr**

Wo:

Flexi Gym Balzers

Preis:

CHF 100.-

Anmeldung:

gernot@momentum-training.li

Workshopleiter

Gernot Beck

PRIMAL MOVEMENT

WORKSHOP

BEWEGLICH UND SCHMERZFREI