



Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge

A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Klagenfurt, im Feber 2021

Detailprogramm LG-Nr.: 21129

Faszientraining mit Alltagsgegenständen Online-Workshop

08.04.2021

Unterrichtszeiten: Donnerstag, 08. April 2021 18:00 Uhr bis ca. 21:00

Mit wenig Aufwand und geringen finanziellen Mitteln Schwung in die Workout-, Rücken-, Fitness- oder Ausdauerstunde bringen. Neue Bewegungsideen bereichern das Kursleiterrepertoire und sensibilisieren das Körperbewusstsein und die Eigenwahrnehmung.

Material: Gymnastikmatte, Handtuch (ca. 45-50 x 90-100 cm), Schal, Gewicht (z.B. Wasserflasche), Besenstiel, 2 Mikrofasertücher, Luftballon (rund)

Referentin: Franziska Wulff

Voraussetzung: keine

Unterrichtseinheiten: 4 UE

LG-Nr.: 21129

Änderungen vorbehalten !!!