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 März 2024

**Detailprogramm LG-Nr.: 24181**

# Aufspannen statt anspannen

# Online

**28. November 2024**

**Unterrichtszeiten:** 18:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Wer sich diesen Unterschied zu Nutze macht, kann sein Training, ob Yoga, Pilates oder Workout, neu erleben. Durch gezieltes Aufspannen des Körpers in den Übungen nutzen wir die Möglichkeit einer optimalen Kraftübertragung über das fasziale Leitbahnensystem. So kann sowohl das Kraftpotential als auch die Beweglichkeit positiv beeinflusst werden.

**Material:** ---

**Referentin**: Juliane GALKE - Team FASZIO®

**Voraussetzung**: keine

**Unterrichtseinheiten**: 3 UE

FASZIO®
Ganzheitliches Faszientraining