

Skigymnastik

**mit Andrea Woisetschläger
beginnt am 17. Oktober 2018
als 10er Block á 60 min
Mitglieder 25,00 €
Nichtmitglieder 37,00 €
um 19:30 in der Rigistrasse**



Mit Skigymnastik bereitet man sich ideal auf den nächsten Skiurlaub vor, ob Alpin- Langlaufski oder Touren gehen. Skigymnastik verringert die Verletzungsgefahr, senkt die Anfälligkeit für Muskelkater und steigert die Sicherheit beim Wintersport. Dafür ist es wichtig, bereits einige Wochen vor dem Skifahren mit dem Training zu beginnen.

Andrea hat die Bode Schule in MÜ besucht, danach eine Ausbildung zur Sporttherapeutin in Stuttgart absolviert und zum Schluß noch im letzten Jahr die Lizenz Staatl. Geprüfter Skilehrer erworben.

Anmeldungen bitte Monika Fecht 08846/683

mobil 01607121809

www.svuffing.de

