

# Gruppenangebote Juni/Juli 2020

mit Andrea Kennel



## 3- dimensional fit im Dojo

*Bitte das beiliegende Schutzkonzept beachten*

Dienstag	12.15-13.15 Uhr	sanftes Durchbewegen von Kopf bis Fuss
Freitag	08.30-09.30 Uhr	fasziales Krafttraining von Kopf bis Fuss

### Kosten

Einzellektion	27.-
10-er Abo	250.-

---

## 3-dimensional fit per Zoom

*Diese Trainings können bequem von zu Hause aus mitgemacht werden!*

*Einfach anmelden, einloggen und mitbewegen.*

Montag	12.30-13.15 Uhr	Homeoffice Training
Donnerstag	18.00-19.00 Uhr	fasziales Krafttraining mit Entspannung
Mittwoch	08.45-09.30 Uhr	sanftes Durchbewegen von Kopf bis Fuss (nur jede 2. Woche)

Diese Lektion wird aufgenommen und auf Wunsch versendet.

### Kosten

Einzellektion	15.-
Versenden einer aufgenommenen Lektion:	10.-

---

### Anmeldung

ak@physioauserholligen.ch

**Diese Angebote und das Schutzkonzept gelten für Juni und Juli 2020. Je nach Erfahrung und nach Entwicklung der speziellen Situation werden Anpassungen vorgenommen.**

**Danke für euer Verständnis!**