

MovatSan.ch

FEIN • FREI • BEWEGEN



«Befreie deine Füße!»



**Basis-Workshop für
Füße ✧ Beine ✧ Gehen**

MovatSan mit Yvonne Carisch

FEIN • FREI • BEWEGEN

Befreie deine Füsse!



Inhalt: Selbsterfahrung zum artgerechten Stehen und Gehen, Tipps für geeignete Schuhe, Übungen (auch barfuss) für glückliche Füsse, Kurs findet draussen statt, kleine Mittagspause.



Voraussetzungen: keine Vorkenntnisse, den Willen bewusst, selbstwertschätzend, geduldig und eigenverantwortlich an sich zu arbeiten.



Wann: SA, 16.6.2024, 9.30 – 14.00 Uhr

Treffpunkt: Region Riom

Investition: 95.00 CHF

Anmeldung: bis 27.4. / 8.6.2024

MovatSan mit Yvonne Carisch, Riom

081 834 56 59 / yv.carisch@bluewin.ch / movatsan.ch