

HOLDNINGS- OG STABILITETSTRÆNING

- Vil du arbejde intensivt med din holdning, stabilitet og smidighed på et hold én gang om ugen?



Vi tilbyder et træningshold, der kombinerer disse tre elementer, sammen med korrekt vejrtrækning.

Øvelserne tager udgangspunkt i koordination, balance og stabilitet. Via øvelserne opbygger vi kroppens optimale bevægemønstre med reference til spædbarnets motoriske udvikling.

Sæsonstart: Uge 3 - 12 (uge 7 undtaget)
Mandage kl. 18.00 - 19.00

Pris: 1087,92 pr. sæson

Der ydes tilskud fra sygeforsikringen 'danmark'

Tilmeld dig i receptionen, pr. telefon eller pr. mail.



Rygcenter Aarhus Kiropraktisk Klinik
Tlf. 86117611 Mail. info@rygcenteraarhus.dk
www.rygcenteraarhus.dk