

HOLDNINGS- OG STABILITETSTRÆNING

Prøv vores populære træningshold, hvor du arbejder intensivt med din holdning, stabilitet af core, smidighed samt 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 - 14

Mandage kl. 18.00 - 19.00

Pris: 1466,40 kr.

Der ydes tilskud fra sygeforsikringen 'danmark'

Læs mere og se vores andre træningstilbud på www.rygcenteraarhus.dk

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



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