



Workshop am 08.12.2018

- Uhrzeit:** 15.00 – 16.30 Uhr
Ort: Sport & Ballett Neumann
Referent: Lilli Neumann (zertifizierte Blackroll®-Trainerin)
Kosten: 25 € / Person
Material: 24 € / 1 Blackroll®-Standard (Workshop-Sonderpreis)

„Muskeln ohne Faszien und Faszien ohne Muskeln – beides würde nicht funktionieren. Allerdings lassen sich beide Bauteile im Gegensatz zu Knochen, Sehnen und Gelenken hervorragend trainieren – und zwar durch ein funktionelles fasziales Workout mit der BLACKROLL®.“ (aus: Funktionelles Faszientraining mit der BLACKROLL® von Graumann, André, Pfitzer)

In diesem Workshop lernen die Teilnehmer wie man die BLACKROLL®-Standard richtig benutzt und was die korrekte Anwendung für ihren Körper bewirken kann. Das nötige Unterrichtsmaterial wird bereitgestellt und kann auch zu o.g. Sonderpreis am Ende des Workshops käuflich erworben werden.



Sport & Ballett Neumann

Carl-Bertelsmann-Str. 41, 33332 GT, Mail: info@sbn-gt.de, Tel:05241-12282



Workshop am 08.12.2018

Anmeldung!

Name:

Vorname:

Str. / Nr.:

Plz. / Ort:

E-Mail:Mobil:

Geb.-Datum:

Datum:.....Unterschrift:.....

Bei Minderjährigen eines Erziehungsberechtigten



Sport & Ballett Neumann

Carl-Bertelsmann-Str. 41, 33332 GT, Mail: info@sbn-gt.de, Tel:05241-12282