

Motus – zentrum für physiotherapie

Ergotherapie und Logopädie

Sophienstr. 41

Fon 0711 – 65677030

Fax 0711 – 65677031

www.motus-physiotherapie.de

praxis@motus-physiotherapie

MOTUS

Wer Pilates trainiert, ändert bald seine Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten und nimmt so das Training mit in den Alltag. Besonderes Augenmerk gilt der Körpermitte und dem Beckenboden. Durch das Training der Tiefenmuskulatur bekommt die Wirbelsäule mehr Stabilität. Sie wirken aufrechter, gelassener und einfach natürlicher!

Neuer PILATES-Kurs bei Motus 5 Termine im März / April 2020



Donnerstags, 12.03. – 09.04.2020

von 18.45 - 19.45 Uhr

5 Einheiten á 75 €

Die Teilnehmerzahl ist auf fünf bis zehn Teilnehmer ausgerichtet, um eine individuelle Betreuung zu ermöglichen.

Sprechen Sie uns gerne an!