

GRUPPEN INTENSIV COACHING

Rektusdiastase schließen mit der TuplerTechnik®

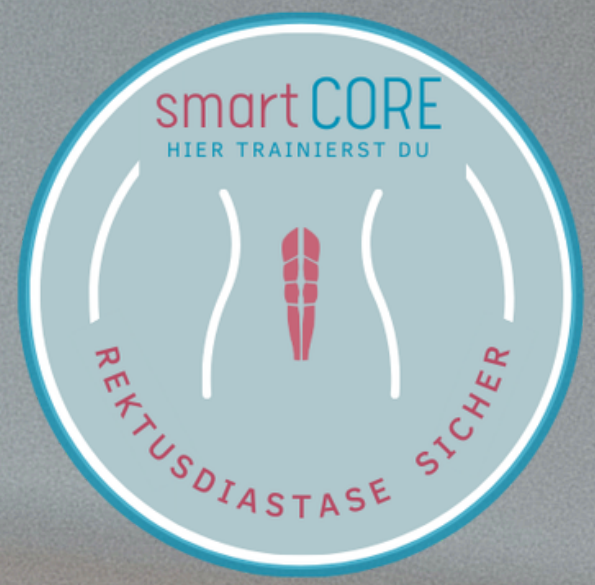
WANN? WO?

SAMSTAG 16. MAI 9-12 &
SONNATG 14. JUNI 13-16

HEBAMMENPRAXIS AROHA IN
RENNINGEN

279 € inkl. TuplerTechnik®
Handbuch und Trainingsplan
für zu Hause zzgl. rehabSplint®
(in Verbindung mit dem
Workshop für 69€ statt 79€)


smartCORE
Hier trainierst Du Rektusdiastase sicher



WAS ERWARTET DICH?

- Anleitung zum **selbstständigen Messen** deiner Rektusdiastase
- Anlegen des Diastasis RehabSplint®
- alle Übungen der **TuplerTechnik®**
- Lösen von **Faszienverklebungen**
- Sicheres Verhalten im Alltag
- **Stabilisationstraining** für nachhaltigen Erfolg
- Individuelle Rückmeldung zu deinen **Fortschritten**
- **Trainingsanpassung** für sicheren Sport

Fragen? Dann schreib mir

 0174-1005383