

# MOBILITY

- GANZHEITLICHES TRAINING FÜR DEINEN KÖRPER. MOBILITY-ÜBUNGEN VERBESSERN DEINE KONTROLLIERTE AKTIVE BEWEGLICHKEIT IN DEN GELENKEN UND KANN SOMIT DAZU BEITRAGEN, DASS DU DICH FITTER UND BEWEGLICHER FÜHLST.
- **1 X 60 MINUTEN**
- **SAMSTAGS 9.00-10.00**
- **EINMAL IM MONAT, GENAUES DATUM BITTE ANFRAGEN**
- **15€**