



johanna sederl

Einführungs- und Schnupperstunde SmoveyTRAINING

„Haus INTIPUNKU“ Theresienfeld



Bewegung, Spaß, Freude, mehr Körperbewusstsein durch Schwingen mit den grünen Ringen!

- ♥ für ein bewusstes, gesundes und vitales Leben
- ♥ Zellatmung aktivieren , Körperfunktionen optimieren
- ♥ Freude an der Bewegung mit Musik, Lachen, Leichtigkeit spüren, Herz öffnend
- ♥ Bewegung - Balance - Koordination -Kräftigung - Atemübungen für Körper, Geist & Seele!

Dienstag, 22. /oder 29. Jänner 2019, 18 – 19.30 Uhr

Wo: Haus INTIPUNKU, Grazerstr. 22, blaues Haus neben Berufsschule

Kosten: Spezialpreis € 6,--

Leihsmoveys gratis vorhanden

Mitbringen: Bitte lockere, bequeme Bekleidung – Sportschuhe – Matte und Wasserflasche mitnehmen!

Anmeldung bei Johanna Sederl, 0664/204 20 50 oder info@johannasederl.at

Eigene Smoveys inkl. Anwender-DVD + Booklet bei mir erhältlich!

Ich freue mich auf unser gemeinsames Lachen & Schwingen! ☺

Johanna

Gesundheitstrainerin, smoveyCOACH