

Event ohne Übernachtung

Ein gesunder Rücken kann entzücken

Kraft, Stabilität und Beweglichkeit im Rücken. Stress und Herausforderungen mit einem kräftigen Rücken begegnen



Programm-Idee

Ein Tagestraining für einen gesunden Rücken. Die Teilnehmenden erleben wieder Beweglichkeit, Kraft und lernen gute, gesunde Übungen für den Rücken. Einen guten Stand im Leben finden. Spaß und Leichtigkeit sind garantiert. Die Bewegungen werden auf der Basis von Qigong durchgeführt

Paket-Nummer: 0521899

Region:	📍	60438 Frankfurt am Main
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	6 - 20 Teilnehmer
Dauer:	🕒	1 Tag
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch, Englisch, Französisch
Preis inkl. MwSt:	💰	ab 200,00 € p.P.

Beschreibung

Die Teilnehmenden erleben:

- Gute und gesunde Übungen für den Rücken
- Übungen für mehr Beweglichkeit
- Informationen warum Stress sich im Rücken äußert
- Besserer Umgang mit Energie und Verausgabung
- Wie gelingt Regeneration

Event ohne Übernachtung

Ein gesunder Rücken kann entzücken

Kraft, Stabilität und Beweglichkeit im Rücken. Stress und Herausforderungen mit einem kräftigen Rücken begegnen

Anbieter-Bewertungen

1 abgegebene Bewertungen	★★★★★	4.83 von 5 Sternen
Preis/Leistungsverhältnis:	★★★★☆	4.00 von 5 Sternen
Vollständigkeit der Leistungen:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Freundlichkeit des Personals:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Zutreffen der Beschreibung:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Erwartungen erfüllt?	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Persönliches Engagement:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen

Wichtige Hinweise

Ähnliche Programm bei der ZPP anerkannt
6 Stunden Programm für einen guten Ausgleich von Belastungen
Gesunde Haltung wird geübt
Schneller Abschalten können und regenerieren
Meditation in Bewegung

Leistungen inkl.

- Ein gesunder Rücken kann entzücken
Tagestraining mit Qigong 6 Stunden Programm inklusive Filme zur Sicherung der Nachhaltigkeit. Informationen über Stress und die Auswirkung auf den Rücken und den Energieverbrauch

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0521899

