

WORKSHOP

MOBILITY FLOW

LIFT OFF
Poledance Academy Frankfurt 

WANN

Fr. 17. August 2018 [7 x 1 Std.]

NICHT am 31.08.+28.09.+05.10.+12.10.

18:00 – 18:55 Uhr

WO

**TV Eschersheim
Sportsaal**

Maybachstr. 14, 60433 Frankfurt

**Sport • ist • im • Verein • am • schönsten •
• Machen • Sie • bei • uns • mit •**

WWW.TURNVEREIN-ESCHERSHEIM.DE



INHALT

Der Mobility Flow beschäftigt sich mit der Basis von Bewegungen und ist ein Grundlagen-training zur Verbesserung der Mobilität. Beim Mobility Flow werden sämtliche Strukturen des aktiven und passiven Bewegungsapparates mobilisiert, die in der eigentlichen Sportart und/oder im Alltag zu wenig Beachtung finden.

TRAINERIN

Chrissi, Pole- und Movement-Trainerin

KOSTEN

**25 € Mitglieder
50 € Nicht-Mitglieder**

BEZAHLUNG

Bezahlung muss bis zum 13.08.2018 erfolgen.

ANMELDUNG

**Anmeldeschluss:
10.08.2018
zur Anmeldung bitte das Anmeldeformular verwenden.**