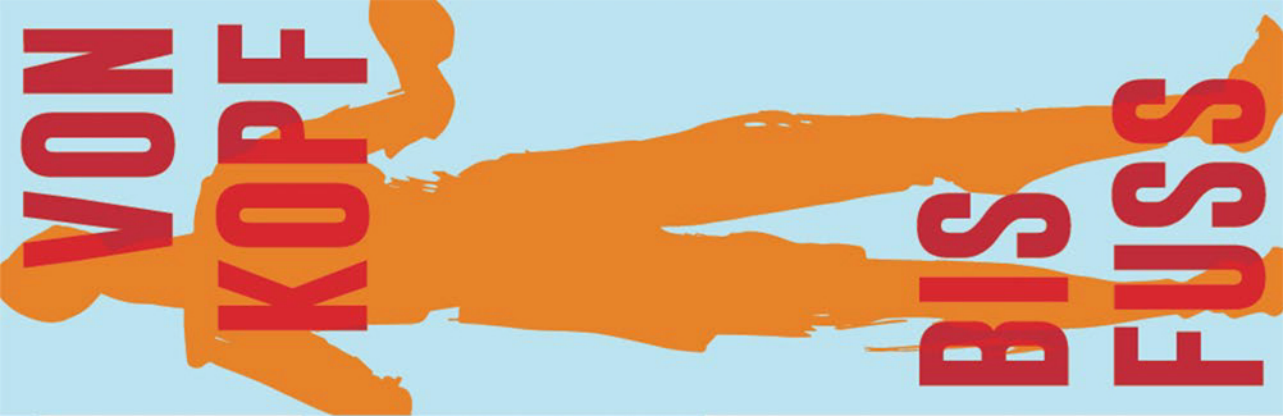




FIT VON KOPF BIS FUSS MIT UNSEREN BEWEGUNGSKURSEN!

BLOCK 1 // BEWEGLICHE GELENKE UND KRAFTVOLLE BEWEGUNGEN

Juni 2014 – 6. / 13. / 20. / 27. • Juli 2014 – 4. / 11.

BLOCK 2 // GESCHMEIDIGER NACKEN UND LEBENDIGER RÜCKEN

Aug 2014 – 26. • Sep 2014 – 2. / 9. / 16. / 23. / 30.

BLOCK 3 // WEICHE FÜSSE UND LEICHTE BEINE

Nov 2014 – 11. / 18. / 25. • Dez 2014 – 2. / 9. / 16.

BLOCK 4 // WACHE HÄNDE UND LOCKERE SCHULTERN

März 2015 – 10. / 17. / 24. / 31. • Apr 2015 – 7. / 14.

Mit Anne Rosset (www.anne-rosset.ch)
und Cécile Baumann (www.alexandertechnik-cba.ch)
Alexander Technik Lehrerinnen SVLAT

ANMELDUNG // fitvonkopfbisfuss@gmx.ch

KURSORT // TANZEN BY MARINA WALLIER

Zweierstrasse 106 // 8003 Zürich
Tram Nr. 14 bis Bhf Wiedikon / Bus Nr. 72 bis Schmiede Wiedikon

180.- / Block - 35.- / Einzelkurs • 9:00 bis 10:30

WWW.FITVONKOPFBISFUSS.WORDPRESS.COM