

OUTDOOR FITNESS

Feldenkrais® mit
Walter Uresch



Von Mai bis Ende September warten jeden Samstag sportliche Höhepunkte auf bewegungsfreudige Thermengäste. Am 3. August 2024 steht Feldenkrais® mit Walter Uresch am Programm.



FELDENKRAIS® MIT WALTER URESCH*

- Einheiten im Vitalbecken
- kleine & angenehme Bewegungen
- verbessert die Leistungsfähigkeit und Ausdauer
- hilft bei Verspannungen, Bewegungseinschränkungen & Schmerzen

TUN SIE IHREM KÖRPER ETWAS GUTES!

Die Med-Uni Graz hat die wohltuende Wirkung des Thermalwassers in Kombination mit der Feldenkrais®-Methode bestätigt. Aufgrund des Auftriebs wird die Dreidimensionalität der Bewegungsmuster besonders spürbar. Das hilft, sich neu kennenzulernen und Stress abzubauen.



**KOSTENLOS &
ohne
Vor Anmeldung!**

Letzter Termin: 21. September 2024.

*Treffpunkt: Outdoorfitness-Point am Sportbecken bzw. bei Schlechtwetter im Gymnastikraum Vitalstudio der Parktherme (2. OG). Nähere Infos erhalten Sie vor Ort am Gästeservice-Center bzw. mittels Lautsprecherdurchsagen am Tag des Trainings.

Für die Teilnahme wird ein gültiger Thermeneintritt vorausgesetzt. Änderungen vorbehalten!