



Beckenbodentraining . Bewegung
Patricia Biedermann

DIE KURSE STARTEN!

BECKENBODENGRUNDKURS FÜR DIE FRAU

Montag, Mittwoch und Donnerstag
auf Anfrage weitere Termine möglich

BECKENBODENGERECHTES FITNESSTRAINING*

*Voraussetzung: absolvierter Grundkurs

Montag 18.15 Uhr und 19.30 Uhr
Donnerstag 19.30 Uhr

MAMA-KIND WORKOUT

Mit Raffaella Jäger

Donnerstag 10.00 Uhr

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

Montag 17.00 Uhr mit Baby
Donnerstag 18.15 Uhr

RÜCKBILDUNG NACH KINDSVERLUST EVERFIT

Individuelle Termine

60+ / OSTEOGYM

Individuelle Termine

BABY MASSAGE

Kurse mit Patricia und Helene Thoeny-Kind

Einzeltraining kann in meinem Praxisraum, in der Natur oder bei Ihnen zu Hause stattfinden.

Eine detaillierte Beschreibung zu den Kursen finden Sie auf der Website: bewegung.li

Haben Sie Interesse an einem der angeführten Kurse, dann kontaktieren Sie mich [telefonisch](tel:+41786895805) oder [per E-Mail](mailto:patricia@bewegung.li).

BECKENBODENTRAINING BEWEGUNGSTHERAPIE
RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK SCHWANGERSCHAFTSTURNEN
BECKENBODENGERECHTES FITNESSTRAINING
TIEFENMUSKULATURTRAINING
FASZIEN TRAINING

Beckenbodentraining . Bewegung
Patricia Biedermann
Dipl. Beckenbodentrainerin
Bewegungsfachfrau
Poststrasse 6, 9491 Ruggell
Liechtenstein
+41 (0)78 689 58 05
patricia@bewegung.li
bewegung.li