



Selbsthilfekurs: EMM-Tech

Easy Muscle Management

Neue Methode gegen Schmerzen
alltagstauglich, sanft, effektiv

- Hilfe bei Rückenschmerzen
- Förderung Schulterbeweglichkeit und Nackendrehung
- Unterstützung der Atmung (Atemkapazität)
- Bessere Beweglichkeit, Gleichgewicht und Stabilität
- Griffstärke
- und vieles mehr

Die Techniken sind ausgesprochen alltagstauglich, da sie durch leichte Kleidung ausgeführt werden. Sie lernen Körpertests und die entsprechenden Griffe zur Lösung. Easy Muscle Management kann als Selbsthilfe genutzt oder bei Partnern und Freunden angewendet werden. Sportliche Leistungen und allgemeines Wohlbefinden können sich verbessern.

Immer und überall anwendbar

- am Arbeitsplatz zur schnellen Beseitigung von Verspannungen
- bei Beschwerden beim/nach dem Sport
- überall zur Steigerung des Wohlbefindens / Leistung

ICH FREUE MICH AUF SIE!

Vorschau auf weitere Termine:

Dienstag 06./13./20.03.18 je 18:30-20:30

Samstag 30.06.18 09:00-13:00

weitere folgen.

GEEIGNET FÜR

Sportler, Betreuer, Eltern
Interessierte, Therapeuten

WANN

Samstag 27.01.18

09:00 - 17:00 Uhr

WO

Praxis J. Robe

Gesundheitsbehandlungen

Grienbachstr. 15, 6300 Zug

KOSTEN

CHF 210.- (Getränke und

Pausensnacks sind inbegriffen)

MITBRINGEN

bequeme Kleidung

Schreibzeug

KURSLEITUNG

Jeannette Robe

Emmett- und Sporttherapeutin

ANMELDUNG

info@moyom.ch

+41 79 475 16 07

www.moyom.ch