

# mit der Franklin-Methode®



das Rundum-  
Wohlfühltraining  
- einmalig in Freiberg -

## Woche für Woche neu:

- Bewegung lernen, die Spaß macht
- trainieren mit allen Sinnen
- anatomisches Wissen spielerisch aneignen
- Kraft und Koordination aufbauen
- schwungvoll zu körperlicher und geistiger Fitness gelangen
- Selbstheilungskräfte optimieren
- Körperfunktionen und deren Zusammenspiel in allen Bereichen (Gelenke, Muskeln, Organe, Nervensystem) verbessern
- gesunde Bewegungsideen für den



**Zeit**

**Ort**

**Kosten**

**Leitung**

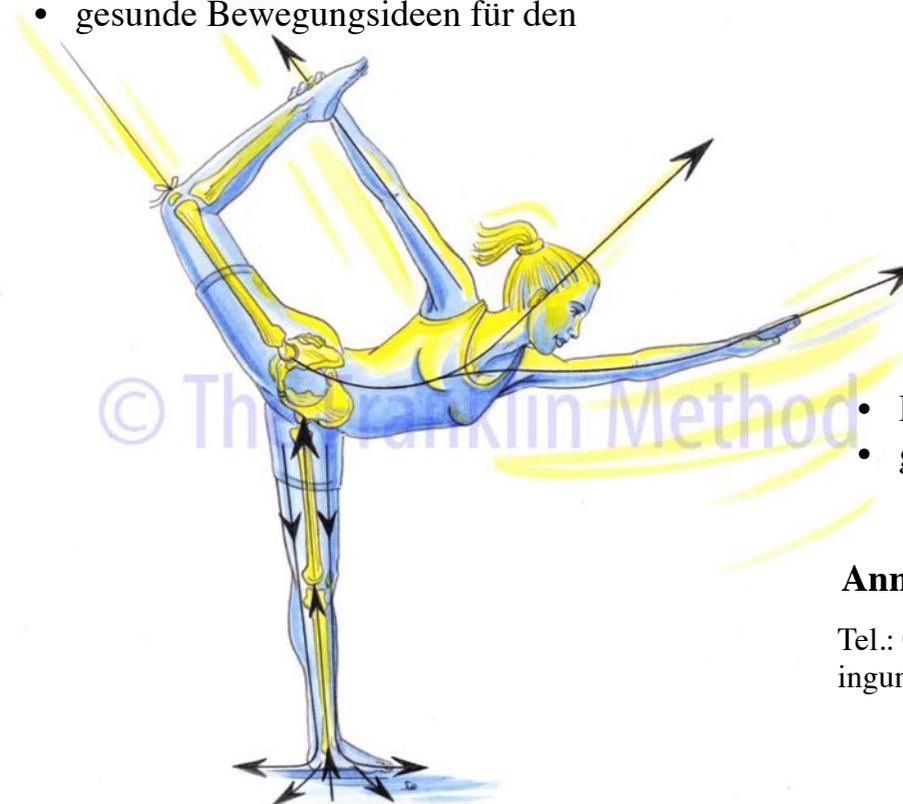
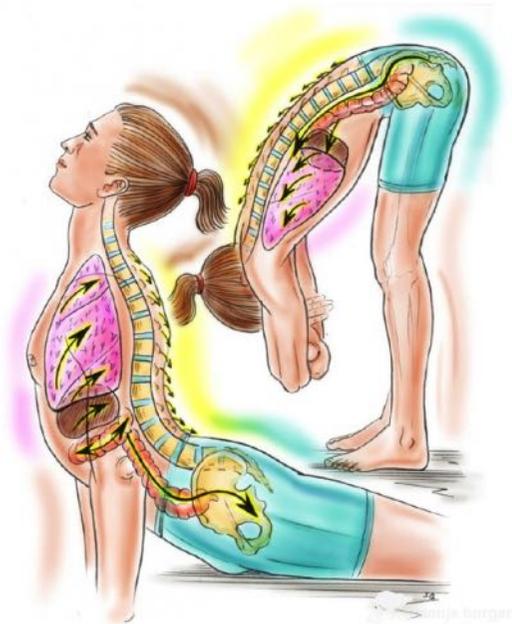
montags 19 - 20 Uhr (Feb-Okt)  
dienstags 19 - 20 Uhr (Nov-Jan)  
**oder** mittwochs 8:00 - 9:00 Uhr

Freiberg, Enge Gasse 5a

Einzelstunde 8 €

Zehnerkarte 60 €

Ingunn Abraham  
Dipl. Bewegungspädagogin



- Kurseinstieg jederzeit möglich
- geeignet für alle Altersgruppen

## Anmeldung:

Tel.: 03731 210090

ingunn.abraham@arcor.de

