

Drüsenvitalität und Körperaufrichtung



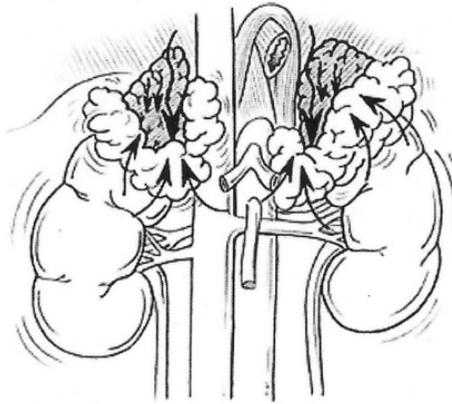
Teil 1

die Franklin-Methode®

Samstag 11.1.2025

9:30 - 12 Uhr

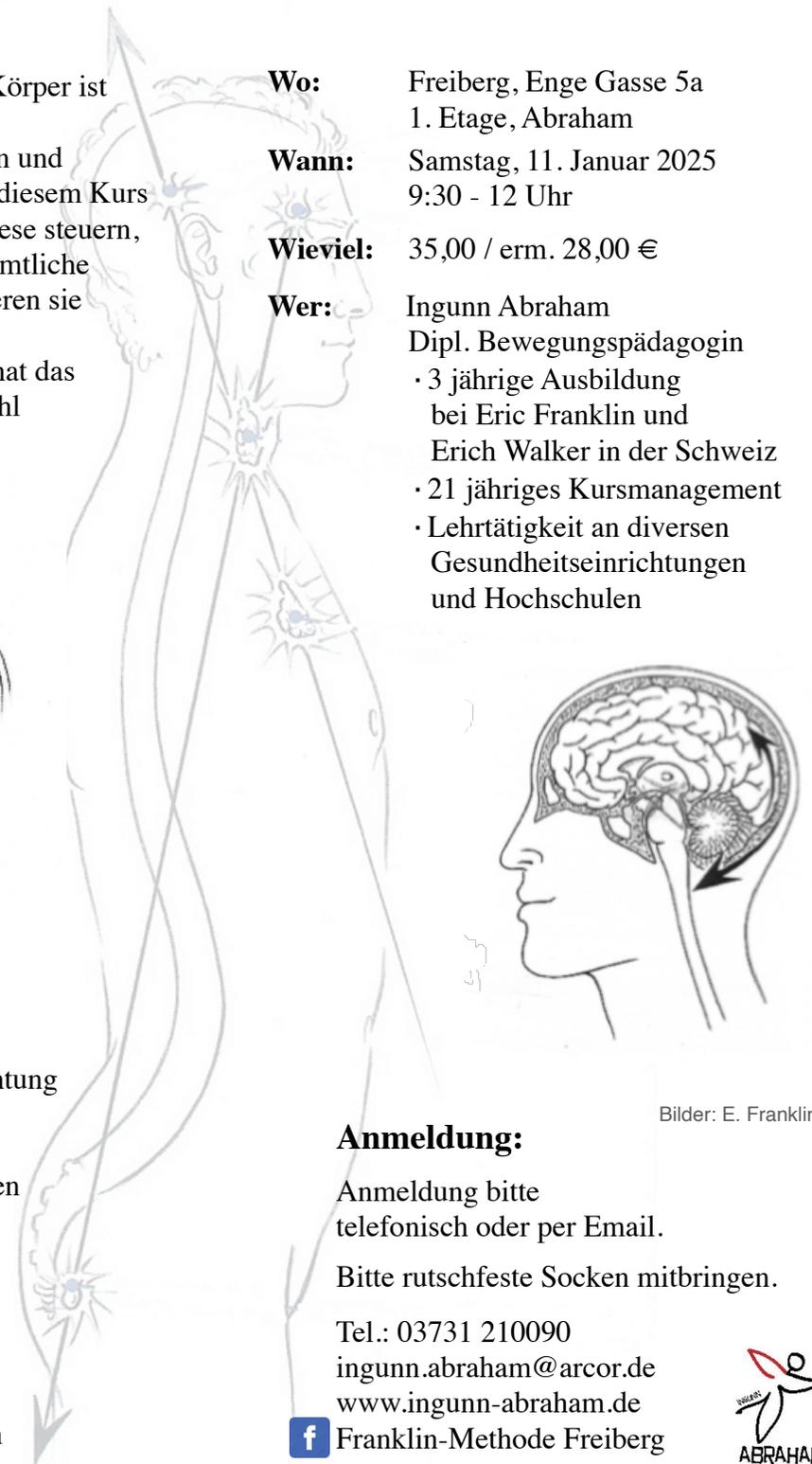
Die Drüsenvielfalt im menschlichen Körper ist mannigfaltig und bemerkenswert. Wir unterscheiden zwischen exokrinen und endokrinen Drüsen, wobei wir uns in diesem Kurs den endokrinen Drüsen zuwenden. Diese steuern, regulieren und beeinflussen nahezu sämtliche Stoffwechselprozesse. Dabei interagieren sie untereinander. Fördert man also die Drüsenqualität, hat das spürbar positive Auswirkungen, sowohl physiologisch als auch energetisch.



Kursinhalt:

- verschiedene Drüsen kennen lernen
- Drüsenkraft für eine bessere Aufrichtung und Stabilität nutzen
- mehr Klarheit und Leichtigkeit in den Bewegungen erleben
- Drüsenbewusstsein im Training mit Franklin-Bällen und Theraband
- positive Wirkung auf die gesamte Wirbelsäule nach Hause mitnehmen

- Wo:** Freiberg, Enge Gasse 5a
1. Etage, Abraham
- Wann:** Samstag, 11. Januar 2025
9:30 - 12 Uhr
- Wieviel:** 35,00 / erm. 28,00 €
- Wer:** Ingunn Abraham
Dipl. Bewegungspädagogin
- 3 jährige Ausbildung bei Eric Franklin und Erich Walker in der Schweiz
 - 21 jähriges Kursmanagement
 - Lehrtätigkeit an diversen Gesundheitseinrichtungen und Hochschulen



Bilder: E. Franklin

Anmeldung:

Anmeldung bitte telefonisch oder per Email.

Bitte rutschfeste Socken mitbringen.

Tel.: 03731 210090

ingunn.abraham@arcor.de

www.ingunn-abraham.de



Franklin-Methode Freiberg

