



Am Stalden 3, 5014 Gretzenbach
www.t-powermove.ch

... Ab of d'Matte liebi Manne ...

Samschtig, 4.November 2023

10.00 – 11.30 Uhr

Teilnahmegebühr: Fr. 35.-

**Mobilisiere, Kraft Training,
Faszie-usduur, ond dehne
mit Tina**

... mou cho mit mache ond d'viiielfallt
vom Körper z'gspöööhre ond woher z'näh ...

... acho mit mobilisiere, kraftüebige
und Faszie-usduur...

...abefahre mit dehnüebige
ond entspanne ...

Mindestteilnehmer 10 Personen

...Teilnahm of de homepage oder
im sportsnow App amäude ...

...bitte im Täliparkplatz unte parkiere...

... ig wörd mi meeega fröie mit euch z'fitte ...