



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

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

Samschtig, 10.Oktober 2026

10.00 – 11.00 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 wohr 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 ...