

Gemeinsam geht's leichter!



Der Spaß an Bewegung
und eine sichere Ausführung
alltäglicher Bewegungsabläufe sind
das Ziel.



Beckenbodentraining, Atmung und Haltung

Montags: 09:00 – 10:30 Uhr

Termine: 19. Mai 2025, 26. Mai 2025, 2. Juni 2025, 16. Juni 2025,
23. Juni 2025, 30. Juni 2025, 15. Sep. 2025

Wirbelsäule und schmerzfreie Haltung

Mittwochs: 17:30 – 19:00 Uhr

Termine: 21. Mai 2025, 28. Mai 2025, 4. Juni 2025, 11. Juni 2025,
18. Juni 2025, 25. Juni 2025, 17. Sep. 2025

Andere Themen für Gruppen auf Wunsch bzw. bei Bedarf

Gruppen-Physiotherapie

- physiotherapeutische Bewegungsgruppen: max. 5 – 7 Personen
- Therapie auf ärztlicher Verordnung möglich
- Training von Bewegungsübungen für den jeweiligen Schwerpunkt
- Zielpersonen: Personen mit ähnlichen symptomatischen Beschwerden und Zielsetzungen

Wo: GESUNDHEIT im FOKUS

Räumlichkeiten unterhalb des *KiRei Körperateliers*
Meilstraße 9, 6170 Zirl

- Anmelden:**
- telefonisch: 0677 61063079
 - per Email: info@physiotherapie-monika.at
 - Homepage: www.physiotherapie-monika.at
 - QR Code scannen →



Bitte mit einer Kurzbeschreibung des Trainings ZIELs!

Kosten: Die 1. Einheit (90 Minuten) zum Kennenlernen: 20 Euro
folgende Termine: je Einheit 30 € pro Person
(7 Einheiten in einem Block 200 Euro)

Bis bald!
Eure MONIKA