SPORT

MOVE Core

TERMINE

21.05.2025 17:50 – 18:20

ADRESSE

Seestrasse 75
6354 Vitznau
Switzerland

KONTAKT

0041772014144
info@kristina-ziegler.com
zur Website

MOVE Core

Gezieltes Training für Bauch und Rücken. Für mehr Stabilität und eine gesunde Haltung! Jeden Mittwoch in Vitznau!

Stärke beginnt in deiner Mitte Du willst deinen Rücken entlasten, deine Haltung verbessern und deinen Bauch gezielt kräftigen? Dann ist MOVE Core dein Kurs! Was erwartet dich? Gezieltes Training für Bauch und Rücken, funktional und bewusst. Für mehr Stabilität, eine gesunde Haltung und eine starke Mitte im Alltag. Wann? Jeden Mittwoch, 17:50–18:20 Uhr Start: 21. Mai Wo? Neuro Campus Hotel Das Morgen, Vitznau Let's build your core from the inside out. #MoveCore #StarkeMitte #360WellBeing #FunctionalCore #BodyAlignment #VitznauBewegt #MittwochsKurse #CoreWorkout #MoveByKristina #KristinaZiegler