



FASZIEN - IN THEORIE UND PRAXIS

Impulsvortrag

Faszination Faszien:

Faszien werden schon seit Jahren in Büchern, Fachmagazinen und Studien erwähnt und untersucht.

Faszien rücken immer mehr in den Fokus, wenn es um die körperliche Gesundheit geht.

Faszien sind vielen Menschen unbekannt.

Faszien sind Bindegewebe, die Muskelfasern, Faserbündel und ganze Muskeln umhüllen, Organe einbetten und sie wie ein Spinnennetz miteinander verknüpfen.

In diesem Vortrag dreht sich alles um die Bedeutung und Funktion der Faszien und wie Du diese faszinierend einfach mit Übungen im Alltag trainieren kannst.

KONTAKT LYFES GMBH

www.lyfes.de | info@lyfes.de | 06135 933 8288

facebook: [lyfes.gesund.leben.lernen](https://www.facebook.com/lyfes.gesund.leben.lernen)

instagram: [_lyfes_](https://www.instagram.com/_lyfes_)



gesund • leben • lernen