

FASZINIERENDE FASZIEN

Vortrag - Bewegung

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