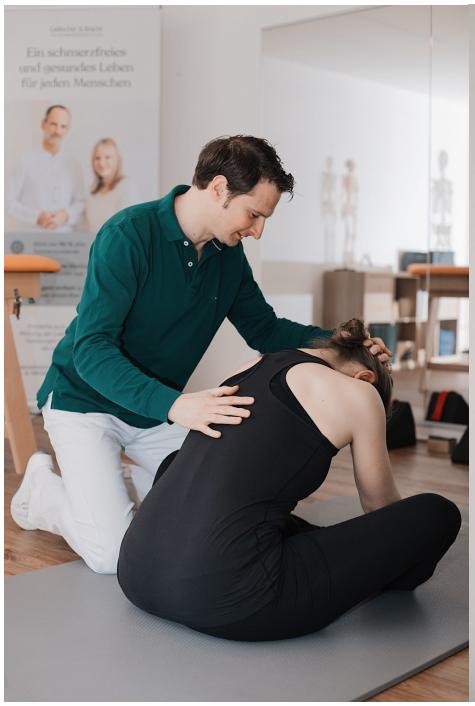
Schnupperworkshop:

Liebscher & Bracht zu Ausprobieren

Dr. med. Christian Kurtz,
zertifizierter Liebscher & Bracht Therapeut
und Hausarzt in Hitdorf

Wer kennt nicht die SPIEGEL-Bestseller „Deutschland hat Rücken" oder „Schmerzfrei und beweglich bis ins hohe Alter" der Autoren Roland Liebscher-Bracht und Dr. med. Petra Bracht. In ihren Büchern eröffnen die Autoren einen neuen Blick auf die Entstehung von Schmerzen. Sie erläutern, dass viele Schmerzen durch zu hohe Spannungen in den Muskeln und Faszien entstehen. Und sie zeigen uns Wege zur Beseitigung dieser Schmerzen in ein beschwerdefreies Leben auf.

Das Ziel dieses Schnupperworkshops ist es, den Teilnehmern einen Einblick in diese wirkungsvollen Übungen zu geben.

Wann?	Sonntag, 07.01.2024, 10:00 – 12:00
Wo?	REHA Sport, Hitdorfer Straße 152, Hitdorf
Anmeldung:	epd@drkurtz.info
Gebühr:	25,00 Euro
Mittbringen:	lockere Sportkleidung, Trainingsmatte, Handtuch