

# MINDFUL MOVEMENT RÜCKENGYMNASTIK MIT MICHAELA

DIPL. RÜCKENTRAINERIN SPA

MI  
TU  
MICHAELA  
TUZZOLINO



IM SEMINARRAUM DER SPORTANLAGE OBERHOF  
TERSIERSTRASSE 9, 7220 SCHIERS  
DIENSTAG VON 9:00- 10:00 UHR

Kursblock zu 3 Monaten  
12 Lektionen zu 280 CHF  
Krankenkassen anerkannt

[www.mi-tu.ch](http://www.mi-tu.ch)  
[info@mi-tu.ch](mailto:info@mi-tu.ch)  
079 358 15 23

EM  fit

## DER BEWUSSTE WEG ZU EINEM AKTIVEN LEBEN

- Der Architekt der Faszien ist die Bewegung.
- untrennbare Verbindung von Muskelfasern und Fasziengeflecht
- Der Beckenbodengurt für korrekte Haltung.