



## CMB Bewegungstraining

nach der Methode von Liebscher & Bracht

**MonItag, 18.30 bis 20.00 Uhr**



Kursleiterin: Monika Fladischer

Ich bin: Frau-lich Coach, Fayo Professional Coach,  
Schmerzspezialistin nach Liebscher & Bracht,  
Bewegungstrainerin, Aerobic Trainerin, Nordic Walking Instruktorin,  
Wirbelsäulengymnastiktrainerin, Vitaltrainer Ernährung,  
Fußreflexzonenmassage, Antlitzanalyse- und Schüsslersalze

Anmeldung unter: Tel: 0664-4233136 oder per Mail: [monika.fladischer@gmail.com](mailto:monika.fladischer@gmail.com)

Wann: **9. Jänner – 26. Juni 2023**  
Jeden Montag (außer 23.1., 20.2., 1.4., 10.4., 29.5.)

Wo: Evosan – Zentrum für evolutionäre Gesundheit  
8625 Turnau 157

Kosten: 10er Block/EUR 130,00/Bezahlung Bar am ersten Kurstag  
Einzelstunde EUR 15,00/Einheit

Teilnehmerzahl: Mind. 8/max. 14 TeilnehmerInnen

Mitzubringen sind: Sportkleidung, Turnmatte, L&B Faszien-Rollmassage-Set (bei mir erhältlich)

Kursinhalt: Wir bewegen uns nach der Methode von Liebscher & Bracht.  
Erlebe die Vielfalt unserer Übungs-Routinen und schaffe Raum  
für andere Herangehensweisen!

Durch genaue Anweisungen lernst du dich und deinen Körper jedes Mal  
neu kennen und du darfst dich auf wöchentlich neue Trainings freuen.  
Du trainierst gleichzeitig mit anderen TeilnehmerInnen für deinen  
schmerzfreen und beweglichen Körper.  
Freue dich auf gegenseitige Motivation und intensive Dehnungen.

**Ich freue mich auf dich!  
Von Herzen. Monika**

\*Änderungen vorbehalten.