**KVW Antholz Niedertal lädt ein**

**FREI und BEWEGLICH** mit der Methode von LIEBSCHER & BRACHT (die Schmerzspezialisten)

Die Faszien im Körper passen sich den Bewegungs- und Haltungsmuster an. Ungenutzte Gelenkwinkel und dauerhafte Fehlhaltungen führen zu Verkürzungen und Schmerzen. Durch gezielte Engpassdehnungen und Faszienrollmassagen können den Verkürzungen effektiv entgegengewirkt und Schmerzen vorgebeugt werden.

**Referentin:** Anna Lerchner, Gesundheits- und Krankenpflegerin

**Wann:** Immer donnerstags, 19. Sept., 26. Sept., 3. Okt., 10. Okt.,

 17. Okt. 2024 jeweils um 19.30 Uhr

**Wo:** Mehrzwecksaal Antholz/Niedertal

Für KVW Mitglieder: Euro 65,-

Für Nichtmitglieder: Euro 75,-

**Anmeldung** bei Christa: 3496983161 oder Christl: 3483728511

**Achtung begrenzte Teilnehmerzahl!!!**