

CANTIENICA® TRAINING



mit

Corinna Buchholz

Cantienica® Instruktorin Stufe Gold
Heilpraktikerin Psychotherapie



Fortlaufende Kurse: Donnerstag 18:00 und 19:35

Workshop: Inkontinenz und Senkungen Sa, 10.9.2022 10Uhr

Terminvereinbarung und weitere Infos 0163 72 78726 und corinna.buchholz@t-online.de

www.corinna-buchholz.de

Training der inneren Tiefenmuskulatur für

- einen stabilen Beckenboden
- einen aufrechten, entspannten Rücken
- einen freien, klaren Kopf
- entspanntere, gelöste Gesichtszüge
- einen aufrechten, leichten Gang

In anatomisch präzisen Übungen lernst Du das große und einzigartige Geschenk der Natur an Dich
– DEINEN KÖRPER - zu erspüren, wahrzunehmen und auszurichten

So kannst Du in Deine natürliche Aufrichtung, in Deine schöne Gestalt hinein wachsen.