TECHNIK/TRAININGSKURS 1

aufwärmen, einbewegen, einklettern, fingerkraft, fingergesundheit
belastungsrichtungen, volumenklettern, gemeinsam bouldern, ausdehnen

donnerstag	11.01.24	/	18.01.24	/	25.01.24	/	01.02.24
	08.02.24	/	29.02.24				

19.00 bis 20.30 h
geübte einsteigerInnen und könnerInnen
max. 8 personen
kurskosten 140.-
halleneintritt nicht einbegriffen
barzahlung am ersten kurstag

BewegungsFreude.ch

anmeldung und infos

scheuber diego	bewegungspäd. / klettertrainer
mail	info@bewegungsfreude.ch
tel.	076 449 38 05