

TECHNIK/TRAININGSKURS 2

dynamik, reibungsklettern, foothook, visualisieren, rumpfspannung, taktik,
antagonistentraining, gemeinsam bouldern, videoanalyse

dienstag	06.01.26	/	13.01.26	/	20.01.26	/	27.01.26
	03.02.26	/	10.02.26				

18.30 bis 20.00 h

geübte einsteigerInnen und könnerInnen

max. 8 personen

kurskosten 180.-

halleneintritt nicht einbegriffen

barzahlung oder twint am ersten kurstag

anmeldung und infos

scheuber diego

mail

tel.

bewegungspäd. / klettertrainer

info@bewegungsfreude.ch

076 449 38 05

