

PILATES IN DER THERAPIE: SCHULTERSCHMERZ & IMPIGNEMENT

Erleben Sie wie auf den Pilates Geräten die Bewegungssteuerung in der Schulter- und Nackenregion verbessert und so Schulterschmerzen und Impingement Symptome positiv beeinflusst werden. BWS Extension, Scapula Anbindung und Zentrierung des Schultergelenkes werden unter der Verwendung von geschlossenen, pseudogeschlossenen und offenen Ketten verbessert.

Wann: Di. 26. Oktober 2021 • 19.30 Uhr- 21.00 Uhr

Leitung: Michael Brunner • Ausbilder Polestar Pilates

Kursort: SPIRIT STUDIO • Dornacherstrasse 192 • 4053 Basel

Kosten: Mitglieder RVBB kostenlos / Nichtmitglieder 50 CHF (bitte in Bar zum Kurs mitbringen)

Anmelden: <https://bb.physioswiss.ch/de>

GUNDELDINGERFELD • HALLE 2 • DORNACHERSTRASSE 192 • 4053 BASEL



**SPIRIT
STUDIO**