

Schmerz-
Workshop
nach

Liebscher
& Bracht



Schmerz lass nach

Schmerzhilfe durch Yoga

07.04.2025 19-21 Uhr

**„Liebscher & Bracht trifft Hatha Yoga-
Dehnung von Fuß bis Kopf“
Hybrid: live oder per Zoom-link**

**Du hast Kopf-, Schulter- oder Rücken-
probleme? Nackenverspannungen oder
Schmerzen in der Hüfte oder im Knie?**

Dieser Schmerzhilfe-Workshop hilft dir:

- ▶ **Faszien & Gewebe zu lockern**
- ▶ **mehr Flexibilität & Dehnung zu erreichen**
- ▶ **Blockaden & Verspannungen zu lösen**
- ▶ **schmerzfreier & entspannter zu werden**



Torsten Acht,
Zertifizierter Yogalehrer,
Schmerzspezialist nach
Liebscher & Bracht

Melde dich an!
Begrenzte Plätze

**Anmeldung JETZT
an der SPORTlife
Rezeption oder
über QR-Code.
Betreff:
Schmerz lass nach.**



**25€ Mitglieder
inkl. 1 Freigetränk**

**35€ Nichtmitglieder
inkl. 1 Freigetränk**

SPORT life

LEBEN HEISST BEWEGUNG