

BLACKROLL
Faszientraining

Verspannungen Faszientraining für
Schulter/Nacken Ausdauer Sportler
Lendenwirbelsäule

MODUL MOBILISATION

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
					13.00 FT Mobilisation	
17.45 FT Hüfte /Lenden- wirbelsäule						
	19.30 FT Sportler		18.30 FT BWS/Schulter/ Nacken			