

# NEUER WORKSHOP MOBILITY FLOW

LIFT OFF  
Poledance Academy Frankfurt 

## WANN

Fr. 20. April 2018 [7 x 1 Std.]

18:00 – 18:55 Uhr

## WO

TV Eschersheim  
Sportsaal

Maybachstr. 14, 60433 Frankfurt

Sport • ist • im • Verein • am • schönsten •  
• Machen • Sie • bei • uns • mit •

[WWW.TURNVEREIN-ESCHERSHEIM.DE](http://WWW.TURNVEREIN-ESCHERSHEIM.DE)



## INHALT

Der Mobility Flow beschäftigt sich mit der Basis von Bewegungen und ist ein Grundlagen-training zur Verbesserung der Mobilität. Beim Mobility Flow werden sämtliche Strukturen des aktiven und passiven Bewegungsapparates mobilisiert, die in der eigentlichen Sportart und/oder im Alltag zu wenig Beachtung finden.

## TRAINERIN

Chrissi, Pole- und Movement-Trainerin

## KOSTEN

25 € Mitglieder  
50 € Nicht-Mitglieder

## BEZAHLUNG

Bezahlung muss bis zum 18.04.2018 erfolgen.

## ANMELDUNG

Anmeldeschluss:  
16.04.2018  
zur Anmeldung bitte das Anmeldeformular verwenden.