



Weitere Infos und Anmeldung

Faszien-Yoga Kurs 2B

Faszien-Yoga ist eine ganzheitliche Bewegungspraxis, welche hervorragend mit einem faszienfokussierten Bewegungskonzept bereichert werden kann. Miofasziales Training nutzt die gesundheitsfördernden Qualitäten der Faszien, die zu unserer Haltunsbalance, Bewegungseffizienz und Vitalkraft beitragen. Bewährten Yogahaltungen wird mit miofaszialen Trainingstechniken eine neue Dimension verliehen.

Angebot:	SZ-20261-1-709
Termine:	08.04.2026 - 01.07.2026 11 x Mi 10:30 - 11:30
Ausfalltage:	29.04.2026, 06.05.2026
Leitung:	Carla Steffan
Ort:	Pro Senectute Kanton Schwyz, Bahnhofstrasse 29, 6440 Brunnen, Forum kreativ
Treffpunkt:	Pro Senectute Standort Innerschwyz
Kosten:	CHF 275.00



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.