

- * **Posílení klenby nohy**
- * **Větší výkonnost při sportu**

- * **Odstranění bolestí a deformit bez operace**
- * **Zvýšení stability a dynamiky**

9. Opakování úspěšného workshopu **NOHA – aktivní a zdravá**



Práce s nohou, aktivní cvičení, regenerace

25. 9. 2014



Připravte se na praktický seminář, kde se vám bude hodit pohodlné oblečení, ručník a bosé nohy. „Projdeme se“ od evoluce až k poznávání našich nohou. Geniální konstrukci své nohy si zažijete, procvičíte a naučíte se s ní efektivně pracovat

PRO KOHO?

Všichni, kdo mají zájem o zdravý pohyb a/nebo odstranění bolestí a deformit dolní končetiny | Sportovci | Fyzioterapeuti | Zastánci bosého běhání | Trenéři | Nordic walking | Triatlonisti | Ergoterapeuti

Datum: **25. 9. 2014** od 13:00 hod do 19:00 hod.
Cena: **950,- Kč**
Lektor: **Štěpán Haškovec** - asistent švýcarského pohybového konceptu Spiraldynamik®
Místo: FYZIO Aktiv - centrum aktivní fyzioterapie, Hotel Olšanka, Táboritská 23/1000, Praha 3
Kontakt: tel: 222 712 534, 774 939 169, info@fyzioaktiv.cz
www.fyzioaktiv.cz

V rámci workshopu si budete moci vyzkoušet prstové boty VIBRAM FIVEFINGERS

Omezený počet účastníků – max. 20 osob.