



# CHI BALL POWERFUL

FÜR GANZHEITLICHE ENTWICKLUNG

Brigitte Künzli-Duss, Mattenweg 6

6218 Ettiswil, Telefon 041 982 07 08

info@chibalance.ch; www.chibalance.ch

## **POWERFUL | Körpertraining**

Powerful ist ein ganzheitliches, wohltuendes Körpertraining für Körper, Geist und Seele. Es beinhaltet, tanzen auf motivierende Musik, kräftigen, dehnen und entspannen.

## **CHI BALL | Körpertraining**

Lass dich entführen ins Chi Ball, ein ganzheitliches Training, das den Körper von Kopf bis Fuss mit farbigem, duftendem Ball trainiert und gekonnt Elemente aus Qi Gong, Yoga, Pilates Feldenkreis und Entspannung verbindet.

**Schnupperlektion bei beiden Trainings unverbindlich und gratis!**



chi balance