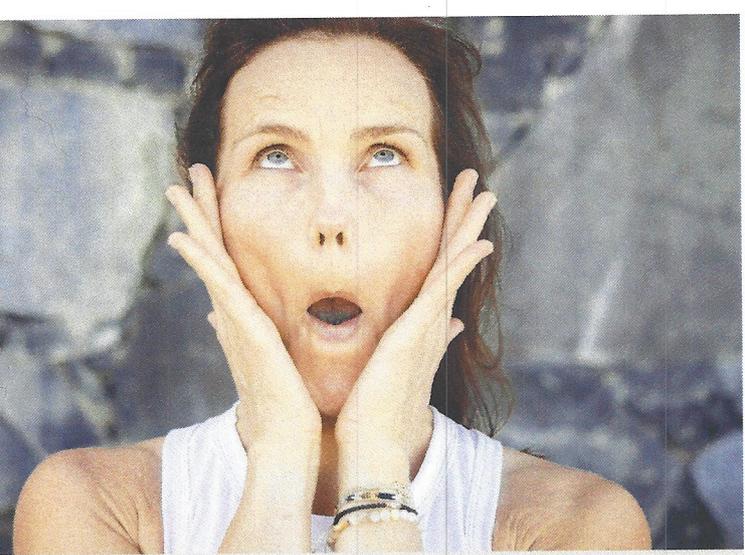


Face Yoga

mg
melanie gesse



Beginner-Kurs mit 6 Einheiten

Eine Kombination aus Massage, Kräftigung der Gesichts- wie Nackenmuskulatur und Stretching. Durch sanften Druck mit den Fingern und spezielle Übungen werden angespannte Mimik- und Kopfmuskulatur gelockert und Fältchen gemildert.

4. + 11. + 18. + 25. September und 2. + 9. Oktober, 18:00 - 19:00 Uhr
PHYSIO AM KREISEL, Poppenbütteler Chaussee 5, Duvenstedt



Probiere es aus

Lerne effektive Face Yoga-Übungen.

Die persönliche Betreuung mit max. acht Teilnehmenden garantiert den Erfolg.

Melde dich bis zum **28. August 2023** an:
PHYSIO AM KREISEL, Tel 040 6450 6805
oder auf melanie-gesse.de > Face Yoga

Do's: bequeme Kleidung, mit Smartphone und deiner Lieblingsfeuchtigkeitscreme, ohne Make-up

Dont's: vorhandene Botox-, Fadenlifting-Behandlungen oder Ähnliches, akute Entzündungen im Kiefer-/Kopfbereich



Deine Vorteile

- Anleitung zur Selbsthilfe bei:
 - Zähneknirschen
 - Nackenverspannungen
 - Migräne und Spannungskopfschmerzen
 - Tinnitus
- Reduzierung von Anspannungen
- Vitalisierung und Straffung der Haut
- Gelösterer, entspannterer Gesichtsausdruck

95 €

Mit Face Yoga für ein besseres Wohlbefinden!