



## Lazy sun(ny?)days

Hallo!

Kerstin und Jenni haben jetzt schon einige Kunden erfolgreich mit der Fascial Stretch Therapy (FST) behandelt.

Hier einige Kundenstimmen:

"Ich fühle mich viel freier, größer und präsenter!"

"Das schmerzt ja gar nicht - ich dachte Faszienbehandlungen müssten weh tun..."

"Großartiges Gefühl - ein ganz neues Erlebnis!"

"Habe nach langer Zeit mal wieder richtig gut geschlafen!"

"Meine Schmerzen im Rücken sind deutlich und nachhaltig zurückgegangen!"

### Faszien Sonntag

Da es manchmal schwierig ist Termine zu finden, bieten Jenni und Kerstin am Sonntag, den 27. August FST Sitzungen an. So könntest Du gemeinsam mit einer Freundin oder Deinem Partner(in) zu uns kommen. Aber natürlich auch alleine :-)

Kosten pro Sitzung: 75,00 €



[Wähle hier Deinen Wunschtermin.](#)

[Schreib uns einfach eine E-Mail](#)

Noch nicht genug?! Dann komme auch zum **Faszien Allegro XL** am 27. August von 12.00 - 13.30 Uhr.

### Und die anderen XL Sonntage?

[29. Juli: Pilates für Balance und Gleichgewicht mit Céline](#)

[06. August: Allegro mit Claudia Panagiotidis](#)

[13. August: DoBAR Booty Shake mit Antje](#)

[20. August: DoBAR trifft Ballett mit Claudia Pellarin](#)

Zeit 12.00 Uhr bis 13.30 Uhr.

Kosten: Buchbar über Dein Guthaben (zzgl. 5,00 €) oder zahle einfach 20,00 €.

Du kannst Dich auch gerne [per E-mail anmelden](#).

PS:

Was erreicht man denn eigentlich durch FST?

- Verbesserte Beweglichkeit
- Lösung Restriktionen und Verklebungen im Gewebe
- Regulation des Nervensystems
- Verbesserte Körperwahrnehmung und Haltung
- Freisetzung von positiver Energie
- Steigerung der Leistungsfähigkeit in sportlichen Aktivitäten und im täglichen Leben
- Befreiung von Blockaden
- Mobilisierung in den Gelenken
- Belebung des Faszienetztes

Wir freuen uns auf Euch!

Kerstin, Jenni und das ganze Team

Jetzt anrufen und Termin vereinbaren:

Tel.: 0231/4762044

Hier buchen



Pilates Zentrum Dortmund | Rosemeyer Str. 2-4 | 44139 Dortmund |  
info@pilates-zentrum-dortmund.de | www.pilates-zentrum-dortmund.de  
phone: +492314762044



Folge uns auf Facebook