

Beweglichkeit durch Bewegung



Fitness, Dance, Health

Tanz, Entspannungstechnik & Kampfkunst
für Körper, Kopf & Geist

- Forme deinen Körper
- Stärke dein Selbstbewusstsein
- Sensibilisiere deine Sinne
- Wecke deine Lebensfreude
- Aktiviere deine Muskeln
- Fördere deine Beweglichkeit

Sheila Hollinger Lüönd

NIA Black Belt Instructor
Biokinematik Trainer

Mobile +41 79 396 77 35

sheilaNIAseetal@gmail.com

www.sheilahollinger.wixsite.com/website

Dance & Move, Hochdorf
Shotokan, Ballwil

