

Kerstin Schlue  
Dipl. Bewegungspädagogin der Franklin-Methode®  
Pilates Trainerin Zertifikat Power Pilates®  
Tanzpädagogin, Dance&Praise®  
Am Rondell 4  
35305 Grünberg  
Tel. 06401 960442  
Mail: [k.schlue@web.de](mailto:k.schlue@web.de)  
[www.kerstin-schlue.de](http://www.kerstin-schlue.de)  
[www.franklin-methode.ch](http://www.franklin-methode.ch)

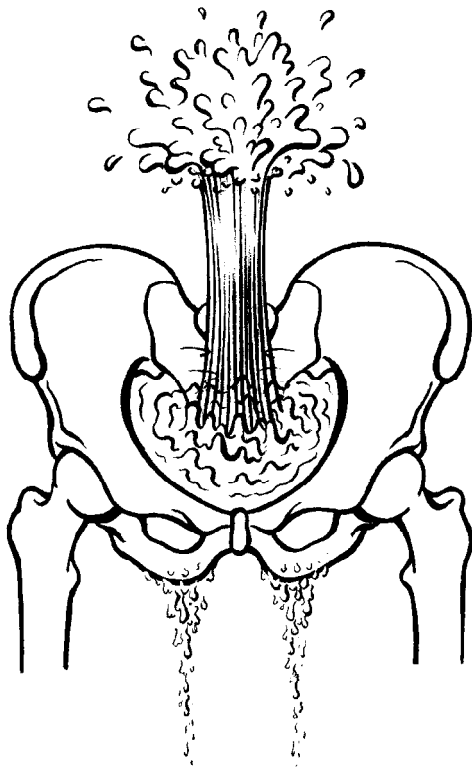


## Kraft und Koordination aus der Körpermitte Becken und Hüftgelenk

**18. September 2010**

**Kursort** 35305 Grünberg, Am Rondell 4 (Saal der Ev. Stadtmission)  
**Kurszeiten** 14:00 – 17:00 Uhr  
**Kurskosten** 30,00 Euro / ermäßigt: 20,00 Euro  
**Dozentin** Kerstin Schlue, Dipl. Bewegungspädagogin nach Franklin-Methode®

Eine Ausgeglichenheit im Becken wirkt sich auf alle anderen Strukturen im Körper positiv aus. Sie befreit die Wirbelsäule und gibt eine gute Koordination für Hüftgelenk, Knie und Füße. Beweglichkeit, Kraft und Koordination in der Körpermitte bilden die Basis für ein gutes Körpergefühl. Die äusserst wirksamen und originellen Übungen der Franklin-Methode® stärken sowohl die Muskeln wie auch Bindegewebe und Organe. Dieser Kurs zeigt, wie man ein wirksames, den ganzen Menschen einbeziehendes, Training gestalten kann.



-----  
**Anmeldung**

Ich melde mich hiermit für den Kurs „Kraft und Koordination aus der Körpermitte“ am 18.09. 2010 an.

Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Tel. \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Ort/Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_