

# MERIDIAN BALANCIERUNG

Die Magie der  
Meridianpunkte

Unterstützung der inneren  
Balance, der Regeneration und  
des körperlichen Wohlbefindens.

# KINESIOLOGIE IM SPORT

Dein Leistungsvorsprung  
Reaktion verbessern,  
Bewegungen effizienter  
machen, schneller  
regenerieren.

# DEIN KÖRPER KANN MEHR

Leichtigkeit im Alltag

Bewegung.

Performance.

Balance.

Kleingruppen & Einzeltraining  
in Korntal



freiRAUM  
www.freiraum-training.de

# HOLISTIC PERSONAL TRAINING & COACHING

**Deine Auszeit**

**Ein Training, das wirklich zu  
dir passt und dich spürbar  
weiterbringt.**

# FUNKTIONELLES ZIRKELTRAINING

**Einfach gutes Training**

**Ganzkörpertraining für Kraft,  
Ausdauer und Koordination.  
Effektiv. Dynamisch.  
Macht einfach Laune.**

# KAMPFKUNST ESCRIMA

**Kampfkunst und  
Selbstverteidigung**

**Individuell ausgerichtetes  
Training in respektvoller und  
wertschätzender Atmosphäre.**

**kostenloses**  
**PROBETRAINING**  
*Escrima | Funktionelles Zirkeltraining*

**Korntal - Weilimdorferstrasse 42**  
**contact@figure8-ion.de**