



Gutes für den Rücken

Im Norden der Pelopones liegt die wunderschöne ROBINSON Anlage – Kyllini Beach.

Die zauberhafte Kursfläche direkt am Meer lädt zu wunderschönen Kursprogrammen ein.

Während der Event-Woche – BEWEGTER RÜCKEN – trainieren wir den Körper als Einheit und lenken dennoch den Fokus mal in die Muskeln, mal in das neuronale Netzwerk oder auch in das fasziale System.

Ein wird ein Spiel zwischen Spannung und Entspannung, zwischen Kraft, Elastizität und Gelöstheit. Das Ergebnis ist:

- zunehmende Beschwerdefreiheit,
- zunehmende Belastbarkeit,
- eine wunderbare Geschmeidigkeit & Beweglichkeit,

die eine hohe Lebensqualität im Alltag verspricht.

Erlebe eine abwechslungs- und variantenreiche Eventwoche für deinen Rücken.

Täglich werden zwei Kurseinheiten der TOP Experten das reguläre WellFit-Aktiv Programm ergänzen.