

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ

Βιωματικής Ανατομίας &
Κινητικής Συνειδητοποίησης

ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ **ANNETA ΚΟΥΒΕΛΙΩΤΗ**

Το σκελετικό σύστημα

"Στο σεμινάριο θα γνωρίσουμε τα οστά, τις αρθρώσεις, τον τρόπο που λειτουργούν, πως προσαρμόζονται στην κίνηση και ποιες οι σχέσεις μεταξύ τους. Πώς να αυξάνουμε την κινητικότητα των αρθρώσεων και πώς να προφυλασσόμαστε από τραυματισμούς".



ΚΥΡΙΑΚΗ 10/12

🕒 10:00' - 14:00'

Άνω Άκρα

Άκρα χείρα _ Αρθρωση καρπού
Κερκίδα _ Ωλένη _ Αρθρωση αγκώνα
Βραχιόνιο οστό _ Ωμοπλάτη
Στέρνο _ Πλευρές

Κόστος: 50.00€ + ΦΠΑ

ΚΥΡΙΑΚΗ 14/01

🕒 10:00' - 14:00'

Κάτω Άκρα

Πέλημα _ Ποδοκνημική Αρθρωση
Κνήμη _ Περόνη _ Γόνατο
Επιγονατίδα _ Μηριαίο οστό
Πυελικά Μισά _ Ηβική σύμφυση

Κόστος: 50.00€ + ΦΠΑ

ΚΟΣΤΟΣ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΙΣ 2 ΗΜΕΡΕΣ
90.00€ + ΦΠΑ

EARLY BIRD

ΈΩΣ 04/12
80.00€ + ΦΠΑ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: **THE SECRET PLACE PILATES STUDIO**
T 210 8060389 • info@thesecretplace.gr