

book now

PHYSIO MOTION



# SPEZIFISCHES TRAINING FÜR REITERINNEN UND REITER 3.0

Trainiere mit Sportphysiotherapeutin  
Sarah Jann

Kursinhalt:

Stabilisationsübungen, Rumpfkraftigung und  
haltungverbesserndes Training zur Prävention  
von Beschwerden

10x Dienstags; 09./16./23. April,  
07./14./21./28. Mai & 04./18./25. Juni  
von 19:15 - 20:15

Ort: draussen; Buchholzplatz Uster oder  
Unterstand Reitverein Uster

Kosten: siehe Ausschreibung

[WWW.PHYSIOMOTION-ZH.CH](http://WWW.PHYSIOMOTION-ZH.CH)

