



**SYSTEMA**

**FRANKFURT**

# ***Intensivseminar***

**Sonntag, 10. April 2016**  
mit Thorsten Schoo

## **Thema: Fußarbeit im Systema**

11.00-14.00 Uhr      Bewegung und Kontakt

*Die Fußarbeit im Systema ist relativ frei - aber wie kann man das dann genau üben? Wie immer gehen wir von den biomechanischen Grundlagen aus und studieren die Bewegungen in „allen Lebenslagen“.*

*Interessante alte und neue Drills gehören zum Training ebenso dazu wie eine Fußmassage, d.h. bei uns Massage mit den Füßen.*

**Kosten 30 € Angemeldete Mitglieder 10 €**

**Anmeldung**      In der Systema Schule oder per Email

Systemaschule Frankfurt  
www.systemaschule.de

Alt-Bornheim 35  
info@systemaschule.de

60385 Frankfurt  
Fon +49 - 69 - 2222 00 88