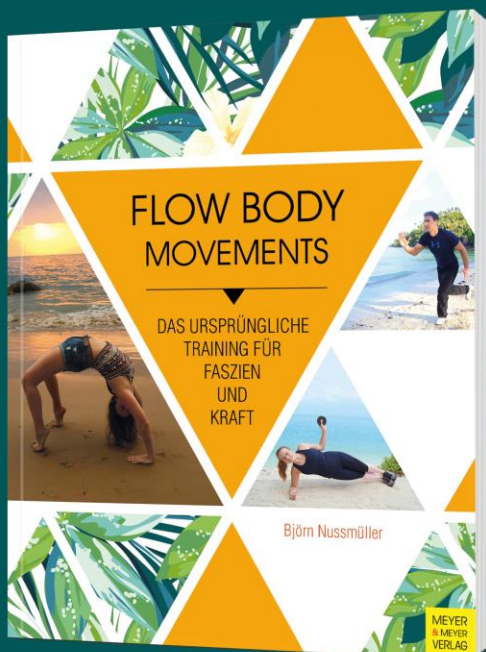


# Flow Body Movements

Björn Nussmüller

## FLOW BODY MOVEMENTS

Das ursprüngliche Training für Faszien und Kraft



Aufgrund seiner positiven Erlebnisse auf Bora Bora entwickelte Björn Nussmüller 15 Jahre lang eine innovative ganzheitliche Trainingsmethode: Flow Body Movements. Die hochfunktionellen Übungen basieren auf den 6 fortschrittlichsten und leistungsförderndsten Prinzipien im Fitnessbereich und lassen sich unabhängig von Alter oder physischer Verfassung in jedem Moment des Lebens anwenden. Auch das Militär, Physiotherapeuten und die weltbesten Profiathleten aus den unterschiedlichsten Sportarten wie Fußball, Kampfsport, Surfen, Basketball und Langstreckenlauf, schwören auf die leichte Umsetzbarkeit und hohe Effektivität dieses vielschichtigen Trainingssystems.

300 Seiten in Farbe

Paperback, 19,6 cm x 25,4 cm

ISBN 978-3-8403-7556-9



BZ 22914135..... Nussmüller, B.: Flow Body Movements. Meyer & Meyer. kt. CHF 26.90

Preise sind BZ-Listenpreise inkl. MwSt

Bestellen Sie über ComelivresNet, sbzonline™, Web-Shop, Fax 062 209 26 27 oder schriftlich. Danke.

Kundennummer:

Firma:

Bestelldatum: