



**TRISANA®**  
MASSAGEFACHSCHULE

# Neurodynamisches Dehnen

Donnerstag, 29. Oktober 2026, 18.30h bis ca. 22.15h



Tägliches Dehnen verbessert die Beweglichkeit, löst muskuläre Verspannungen und hält Muskeln, Faszien sowie Bänder geschmeidig. Zudem kann es die arterielle Steifigkeit reduzieren und somit zum Schutz vor Gefässerkrankungen beitragen.

Der Kurs:

Kurzer anatomischer Exkurs

Viel praktisches Üben

Kurspreis: CHF 100.00

Dozentin: Petra Prader, dipl. Physiotherapeutin

Anmeldung: [www.trisana.ch](http://www.trisana.ch)

Oder per Mail: [sekretariat@trisana.ch](mailto:sekretariat@trisana.ch)