

Good vibrations: Training mit den „Smoveys“

■ KIRCHDORF (wey). Ein sanftes, schwungvolles Ganzkörpertraining mit „good vibrations“: Die „Smovey-Ringe“ machen es möglich. Vier Stahlkugeln im Inneren erzeugen eine Vibration, die bis in die Tiefenmuskulatur wirkt. Gleichzeitig werden die Handreflexzonen nach der traditionellen Chinesischen Medizin stimuliert. Am 29. Oktober ab 19 Uhr hält Wolfgang Baierl im Pfarrheim Kirchdorf einen Einführungskurs. Er demonstriert Einstellung, Handhabung und Wirksamkeit der Smoveys sowie gezielte Übungen. Infos gibt es in der Sportpraxis von Wolfgang Baierl in Kirchdorf, www.wolfgang-baierl.net. 702599



Das Geheimnis der Smoveys sind vier Stahlkugeln, die eine Vibration erzeugen.

Foto: Haijes