**Facebook-Post Vorlage für eure Kanäle**



Oder



**An alle Trainierenden da draußen - und die, die es werden wollen:**

**Jetzt kostenfreies Ticket sichern:** [Dein Guide für das Training der Zukunft! - Live-Stream von Wolf Harwath - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=_mZ6BLV8Hf4)

Wie sollte dein Muskeltraining nach Corona aussehen? Homeoffice und Lockdown haben ihre Spuren hinterlassen: Schmerzen, Stress, Fehlhaltungen, verkürzte Muskulatur… Lass dir im kostenlosen Livestream von Physiotherapeut und Trainingsexperte Wolf Harwath erklären, wie ein sinnvolles Muskel-Training für deinen (Wieder)Einstieg aussieht!

Donnerstag, 06. Mai 2021, 18:00 Uhr: [Dein Guide für das Training der Zukunft! - Live-Stream von Wolf Harwath - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=_mZ6BLV8Hf4)