



Hanne Roulund er certificeret Advanced Fascial Flow® Guide og har undervist i Fascial Flow® (blid bevidst bindevævsbevægelse) i Roskilde siden 2017. Hanne har selv oplevet hvad de blide og dybdegående bevægelser i Fascial Flow® kan gøre. Hun gik fra at have daglige smerter i lænd, skuldre og nakke, til i dag at være helt smertefri. Du kan læse mere om Hannes første oplevelse af Fascial Flow® bindevævsbevægelse her:

<https://livsbobler.dk/oplevelsen-der-statede-det-hele/>

*En kursist fra vores første Fascial kurser i AOF udtaler dette: Fascial Flow er langsomme og små bevægelser med en fantastisk effekt. Den kan bl.a give. en god holdning, en bedre kropsfornemmelse og færre smerter.*

*Jeg har oplevet markant færre smerter i fødderne, smerterne forårsaget af belastning og en hælsåre. Bare nogle fodøvelser gjorde en kæmpe forskel, og efter en øvetime er min krop ligesom kommet på plads.*

*Det kan varmt anbefales!!*

Du kan også læse om andres oplevelser af Fascial Flow® på Hannes hjemmeside her: <https://livsbobler.dk/fascial-flow-oplevelser/>