

B

einfach bewegt

Sommeranlässe

Café B

Donnerstag, 27. Juni 2019

von 17.00 - 20.00 Uhr

Entspannen, geniessen und neue Angebote kennenlernen

Frühgymnastik

Durchbewegt in den Tag starten

Dienstag morgens 6.30 - 7.30 Uhr

Rollen und Dehnen

Sommerfitness für unser Faszienewebe

Donnerstag abends 18.45 - 19.45 Uhr

Nähere Angaben finden Sie auf der Rückseite

Café B

Donnerstag, 27. Juni 2019, 17.00 - 20.00 Uhr

- Entspannen, geniessen und neue Angebote kennenlernen
- Für eine kleine Erfrischung ist gesorgt

Frühgymnastik

Durchbewegt in den Tag starten

- Dienstag, 6.30 - 7.30 Uhr
- Daten: 02.07. / 09.07. / 16.07. / 23.07.19

Rollen und Dehnen

Sommerfitness für unser Faszienewebe

- Donnerstag, 18.45 - 19.45 Uhr
- Daten: 04.07. / 11.07. / 18.07. / 25.07.19

Teilnehmer:

- 4 - 5 Personen pro Kurs

Kosten:

- sFr. 110.00, pro Kurs und Teilnehmer

Ort:

einfach-bewegt, Im Hof 8, 5073 Gipf-Oberfrick

Anmeldung:

telefonisch oder über www.einfach-bewegt.ch

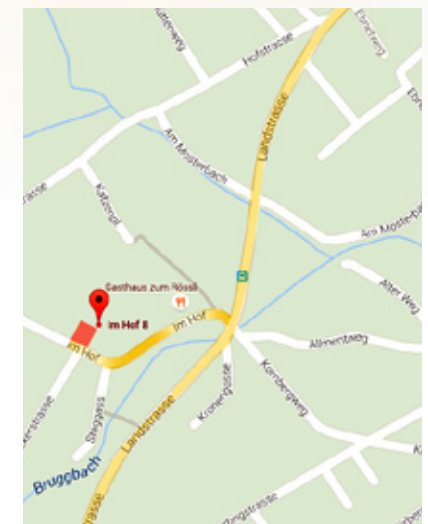
Allgemeines:

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden,
Bequeme Sportkleidung, Antirutschsocken und Handtuch

Claudia Hettich

ABC des Lebens

Dipl. Bewegungspädagogin



einfach bewegt
Im Hof 8
CH-5073 Gipf-Oberfrick

Tel. +41 (0) 75 424 22 07
Mobile +41 (0) 79 271 37 84

www.einfach-bewegt.ch
claudia.hettich@einfach-bewegt.ch
PC-Kto.Nr: 45-790 227-6