

# Balance und Stretch



Du möchtest Deinem Körper die nötige Balance geben und ihn dehnen? Das hilft nicht nur im Alltag, sondern beugt auch Schmerzen vor. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Wann? 6. November 18:00 Uhr

13. November 18:00 Uhr

20. November 18:00 Uhr

27. November 18:00 Uhr

4. Dezember 18:00 Uhr

Dauer: Jeweils 55 Minuten

Wo? Kita Alte Ziegelei, An der Ziegelei 34, Frechen

Der Kurs ist für Mitglieder von Rebeccas Studio sowie Urban Sports Mitglieder kostenlos (Buchung über die App), für Nichtmitglieder kostet er 50€ (für alle Termine). Eine Anmeldung ist unter <https://rebeccawittkamp.de/neuigkeiten-und-aktuelles/> hinterlegt.

Wir freuen uns auf DICH

Susanne & Rebecca

Rebeccas Studio

Breite Str. 28a

50226 Frechen

0157-516 45 403

[rebeccasstudio@rebeccawittkamp.de](mailto:rebeccasstudio@rebeccawittkamp.de)

[www.rebeccawittkamp.de](http://www.rebeccawittkamp.de)



**Rebeccas Studio**  
Deine sportliche Auszeit