

# 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? 8. Januar 18:00 Uhr

15. Januar 18:00 Uhr

22. Januar 18:00 Uhr

5. Februar 18:00 Uhr

12. Februar 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