

Rücken in Balance



Du möchtest Deinem Rücken die nötige Kraft geben und Deinen ganzen Körper wieder in Balance bringen? Das hilft nicht nur im Alltag, sondern beugt auch Schmerzen vor. Wir trainieren auf einem Balanceboard. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Wann? Mittwochs

5. März 18:00 Uhr

12. März 18:00 Uhr

19. März 18:00 Uhr

26. März 18:00 Uhr

2. April 18:00 Uhr

9. April 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

rebeccastudio@rebeccawittkamp.de

www.rebeccawittkamp.de



Rebeccas Studio
Deine sportliche Auszeit