

B

einfach bewegt

...einfach Frau sein!

Gymnastik in Kleingruppen

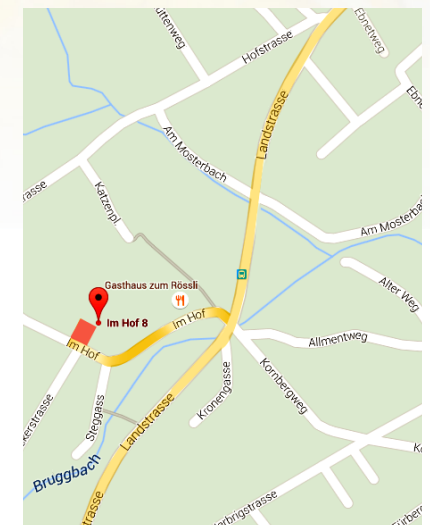
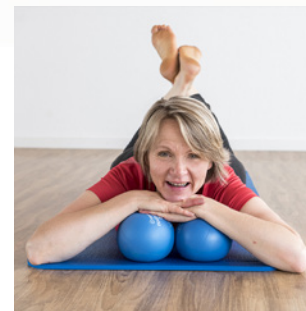
Beckenboden kräftigen, Winkearme entgegenwirken,
Schulter-/Nackenverspannungen lösen,
Beine beleben und Entspannung geniessen.

Körper bewegen und Seele erheben

- Teilnehmer** 4 - 5 Personen
- Datum/Zeit** variabel
- Preis** je nach Länge Kursdauer
Schnupperstunde gratis möglich
- Auskunft /
Anmeldung** telefonisch oder über www.einfach-bewegt.ch
- Ort** einfach bewegt
Im Hof 8, 5073 Gipf-Oberfrick
- Allgemeines** Versicherung ist Sache der Teilnehmenden
Bequeme Sportkleidung, Turnschuhe oder
Antirutsch-Socken, Handtuch

Claudia Hettich

AB des Lebens
Dipl. Bewegungspädagogin



einfach bewegt
Im Hof 8
CH-5073 Gipf-Oberfrick

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

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