

KRAFTVOLLE MITTE 60+

NACH DER POWER CENTERING METHODE

SCHNUPPERTAGE 16./23. OKTOBER 2023

JEWELS MONTAGS

13:30-14:30 UHR

(20.- / LEKTION)

**STUDIO: BESTRONG!BYMARILYN,
HAUPTSTRASSE 43, 4417 ZIEFEN**

INNERE ZENTRIERUNG

**MIT ELEMENTEN VON QI GONG UND TAI JI,
ERGÄNZT MIT
KRÄFTIGENDER KÖRPERARBEIT.**

KURSLEITUNG :

NATHALIE FROSSARD

WWW.BEWEGT.INFO

ANMELDUNG :

076 496 94 68

KRISTINA.LINDBERG@SUNRISE.CH

**ANSCHLIESSEND WÖCHENTLICH MIT GENUG
INTERESSIERTEN. KURS : 30.OKT.-18. DEZ.**