

Rompstabiliteit cursus Gilze

Voor iedereen die meer balans, kracht en coördinatie wil ontwikkelen zonder gebruik van apparaten.

9 mrt. 2017 van 19.30 - 21.00

- Theorie
- Praktijkles start

23 mrt. 2017 van 19.30 - 20.30

- Praktijkles vervolg 1

6 apr. 2017 van 19.30 - 20.30

- Praktijkles vervolg 2

Locatie: Gezondheidscentrum de Flair, Lange Wagenstraat 55e, Gilze.

Kosten: €25,- voor 3 avonden.

Na deze cursus kun je thuis met een oefenprogramma op maat aan de slag om aan jouw rompstabiliteit te werken! Doorgaan in een oefengroep behoort ook tot de mogelijkheden.

