

Paramed4all
Heerhugowaard
072 5723969

Pilates

Voor

volwassenen

Paramed4All Paramed4All Paramed4All Paramed4All Paramed4All Paramed4All Paramed4All Paramed4All Paramed4All

Wat is pilates?

Rustgevende training voor het versterken van alle spiergroepen, waardoor je stabiliteit en houding verbeterd.

Gegeven door Nienke Duijn, specialist in houding en beweging.

Start 5 januari 2024

Lessen op vrijdag van 10.00 – 11.00 uur

Kosten: 40 euro per maand

Aan melden bij:

Nienke Duijn

Info@paramed4all.nl

**Lichamelijke klachten?
Geen probleem!**