

# Fitte Faszien



13. April 2024

15.00-18.00 Uhr | Weyerhofstr. 67 | 47803 Krefeld | jew. 50,- €  
Leitung: Labaoananda / Bettina Krause  
Info: 01575.19 19 863

Die Faszien haben einen großen Einfluss auf unsere Beweglichkeit, unsere Leistungsfähigkeit und Frische. Durch einfache Übungen können wir unsere Faszien pflegen und damit unser körperliches Wohlbefinden verbessern. Eine kleine Pause dient zur Entspannung, mit Getränken können wir uns und unsere Faszien erfrischen.

*Verbindliche Anmeldung erforderlich!*

Bankverbindung: Stichwort „Fitte Faszien“  
Sparkasse Krefeld, Humanitao-Stiftung,  
IBAN DE23 3205 0000 0080 0267 68



*Yogacenter*  
K R E F E L D