



BSG Mettmann Ginsterweg 24 • 40822 Mettmann

**An die Teilnehmer  
FASZIENKURS 1. 2023**

**Mettmann, den 5.1.23**

**Ja, es ist endlich so weit. Die Vorbereitungen sind abgeschlossen und wir können mit dem Start**

**FASZIENKURS 1. 2023 Leben braucht Bewegung  
mit Elementen aus Yoga, Pilates, Tai-Chi und Qi Gong  
beginnen.**

**Wir beginnen am Freitag den 13.1.23 18.00 Uhr**

**Mehrzweckraum  
Musikschule  
Düsseldorfer Str. 14a**

**(Hintereingang)**

**Übungsleiter Kai ist hierfür extra ausgebildet.**

**Es können Matten mitgebracht werden, es stehen aber auch Matten zur Verfügung.**

**Bequeme Kleidung reicht aus. Im Zuge einer ungestörten Übungsstunde bittet Kai jedoch nach Möglichkeit bereits umgezogen zu erscheinen.**

**Der Kurs beginnt am 13.1. 18,00 Uhr immer freitags und endet am 24.3.23 10x**

**am 17.2. fällt der Kurs aus**

**Die vereinbarte Kursgebühr 53,00 Mitglieder  
78,00 Nichtmitglieder**

**werden wir erst am 25.1.23 per SEPA-Lastschrift einziehen.**

**Mit freundlichen Grüßen  
Has Stauff**

Sigrid Ehrhard  
Ginsterweg 24  
40822 Mettmann

Tel.02104/ 53977 • Handy: 0178/5564877  
E-Mail: [Sigridehrhard@googlemail.com](mailto:Sigridehrhard@googlemail.com)

Bankverbindung: Kreissparkasse Düsseldorf  
IBAN: DE 53 3015 0200 0001 7093 77  
BIC: WELADED1KSD

**Volksbank im Bergischen Land eG**  
BLZ **340 600 94** • Konto **1542943**  
IBAN: DE03340600940001542943  
BIC: VBRSD33XXX

Reha - Sport • Hans Stauff  
Brückchen 25•40822 Mettmann

Tel.: 02104/25827  
[info@bsg-me.de](mailto:info@bsg-me.de)