



Sigrid Rehms, Klasingstr. 25, 33602 Bielefeld

Deutscher Berufsverband
der MotopädInnen/
MototherapeutInnen

DBM e.V.

Regionalkreis Ostwestfalen-Lippe
Tel.: 0521-98 92 513
rehms@motopaedie-verband.de

Geschäftsstelle
Wittbräucker Str. 957
44265 Dortmund

Tel.: (02 31) 82 93 24
Fax: (02 31) 4 96 47 71
info@motopaedie-verband.de
www.motopaedie-verband.de

Sprechzeiten
Di 8-12 Uhr, Do 14-18 Uhr

Hallo an alle Motopäden aus dem Regionalkreis OWL

Ich freue mich euch zu einem Pilatesworkshop einladen zu können. Die Motologin Claudia Brechmann bietet in ihrem Einsteigerworkshop ein erstes Kennenlernen der Pilatesatmung, bildhafte Erklärung, Basisübungen im Lieben, Sitzen, und Stehen an. Nachdem wir uns selbst etwas gutes getan haben wird Frau Brechstein **exklusiv für uns**, Pilatesübungen zeigen, die sich im Bereich der Motogeragogik einsetzen lassen.

Eins von zwei möglichen Daten könnt ihr unter dem Doodle- Link <http://doodle.com/poll/bi6sn6exuchvybe2> auswählen. Die Workshops sind **öffentlich** ausgeschrieben, daher solltet ihr euch rechtzeitig entscheiden, welchen Termin ihr favorisiert und euch nach Absprache mit mir; selbst anmelden.

Wo: Neustädter Str. 20, in 33602 Bielefeld
„Das kleine Pilates Studio“

Wann:
Terminvorschlag 1: Donnerstag, den 21.07 von 18:00 bis 20:15 Uhr
2: Donnerstag, den 18.08 von 18:00 bis 20:15 Uhr

Thema/ Inhalte: Workshop

Kosten: Für 2 Stunden Training, 23 Euro
Pilatesübungen / Motogeragogik kostenlos

Anmeldedaten: www.das-kleine-pilates-studio.de mobil 0172- 4244664

Ein klassisches Treffen ist ebenfalls in Planung. Ich empfehle diesen Workshop aber wärmstens, da ich selbst super Erfahrungen gemacht habe.

Viele Grüße
Sigrid Rehms

