

Nannet's Pilates Studio Dag vol vitaliteit en beweging

Badhoevedorp. Beweging en vitaliteit: ze horen onmisbaar bij de komst van het voorjaar. 'Vandaar dat, nu het eindelijk buiten lente wordt, aandacht vragen voor een combinatie

van deze twee dingen, best een goed idee lijkt', zegt Nannet van der Ham.

Ze voegt de daad bij het woord en organiseert op 18 mei aanstaande een Open Dag met als motto Vitaliteit en Wellbeing. Zij doet dat in nauwe samenwerking met Marijke Andringa en Sasja Kee, die een praktijk voor Vitaliteit en Zingeving voeren. Beide

bedrijven zijn te vinden in het voormalige Sonygebouw West End aan de Jan van Gentstraat. De activiteiten spelen zich af tussen 11.00 en 14.00 uur. Deelnemers kunnen zich per vandaag inschrijven voor gratis mini-workshops Pilates en lezingen over het creëren van (meer) gezondheid en vitaliteit. Nadere informatie: www.nannet.net of e-mailen naar marijke@de-andre-ingang.nl