



## *FemMa Sint-Laurentius*

### *DO-IN: Relaxatie-oefeningen 15/10*

Hoe voelen je nek, rug en hoofd vandaag? Nood aan wat ontspanning, een beetje vermoeid, teveel stress... Kom dan zeker naar een ontspannende femma massage avond. Op deze avond leren we hoe we ons gezicht/hals, hand-en of voet een relaxatie geven. Het is de bedoeling om dit in groepjes van 2 te doen, maar de voet relaxatie kan men bij zichzelf doen. Geen nood als je alleen komt, we lossen dit wel op.

Het zal een ontspannende avond worden, zeker niet te missen!

Deze avond gaat door in het **CM-lokaal, Groenestraat 90 te Zedelgem** op **dinsdag 15 oktober 2013** om **20u** onder leiding van Ingrid Compernelle.

Prijs : Leden = **€5** / niet-leden = **€7** (drankje inbegrepen).

Inschrijven tot en met **14 oktober** bij:

Van Steelant Annie, email: [annie.vansteelant@telenet.be](mailto:annie.vansteelant@telenet.be) of

**050/240722**

Je brengt best een handdoek, haarbandjes/haarspeldjes mee.

---

De Femma-leden en hun inwonende gezinsleden worden tijdens de vermelde activiteiten verzekerd onder de ledenpolis van de Femma, om het even waar deze activiteiten plaatsvinden. Niet-leden vallen niet onder deze polis.