

In-zichtavond

Dinsdag 12 november 2024

IJs baden/ koude trainingen met demonstratie

Gast spreker: Nandie Koster



Nandie: "Om Arm de kou." En wat het jou kan brengen!

Deze avond deel ik mijn ervaring met wat de kou mij heeft gegeven. Zelf ook nieuwsgierig wat het met jou kan doen.

Wat het jou biedt of gewoon nieuwsgierig waarom mensen de kou omarmen.

Ook dat komt aanbod deze avond. Tevens laten we zien hoe je een ijsbad in kunt stappen.



Waar: Den Diek, Dijkstraat 30 Lichtenvoorde/ lokaal 7

Tijd: 19.30 u tot ongeveer 21.30 u

Entree: €5,- Opgave via: totinzichtkomen@gmail.com of de Inzichtapp

Alles onder het motto: Onderzoek álles en behoud wat bij jou past!!

Vol is vol. (max 30 personen)

Misschien tot dan. Hartelijke groet, José, In-zicht.