

GEZOND ADEMEN

Lezing door Bert Lerouge

We ademen allemaal onbewust. Maar toch verloopt dit niet altijd zoals het hoort en dan kan dit klachten veroorzaken.

Tijdens deze lezing bekijken we wat hier allemaal een rol speelt en hoe we onze ademhaling kunnen optimaliseren.

GEZOND ADEMEN

**15
juni
2023**
19h30 - 21h

Voor wie?
Iedereen is welkom

Kostprijs?
€10 per persoon

Locatie?
Groepspraktijk K-fit
Dublinstraat 35 bus 3,
9000 Gent



Kortademigheid, het gevoel van niet diep te kunnen ademen of snel buiten adem zijn. Maar ook totaal andere klachten zoals tintelingen, duizeligheid, spanning rond de borstkas of weinig energie kunnen veroorzaakt worden door een fout ademhalingspatroon.

MEER INFO OF
INSCHRIJVEN?



Of via onze website
www.k-fit.be/academy

K-fit
zet je in beweging