



Praxis Schule Lotusblüte

Pilates mit Sylvie, jeweils 1x im Monat, 2. Semester 2023

9.00-10.00 Uhr

Loft ab 8.50 Uhr geöffnet

Daten:

26. Oktober

30. November

7. Dezember



Ziel: Regelmässiges Trainieren, möglichst keine Absenzen! Zusätzliches Üben zuhause verbessert Dein körperliches Wohlbefinden.

Bring Deine FreundInnen mit! Bei einem abgeschlossenen Abo erhältst Du eine Gratis-Lektion!

Neue Preise:

Abos: 5er 140.- (28.-/Lektion)

Einzellektion 30.-, 1 x Schnuppern gratis

Pilates fördert die geistige und körperliche Beweglichkeit, stärkt von innen und aussen und verbindet mit Gleichgesinnten...