

PILATES MATTE KURSE IN EVILARD!

Wann/Quand: Mittwoch 19.15 Uhr für Alle
[18.15 Uhr Pilates nur für Männer]

Wo/Où: Im Rhythmiksaal, Chemin des Clos, Ecole à Evilard

Kosten/Prix: 10er Abo CHF 190.-
5er Abo CHF 110.-
Einzeleintritt CHF 25.-
Abos sind 6 Monate lang gültig. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

**Teilnehmer/
Participant:** Jeder Mann und jede Frau, die fit sein und tagsüber Energie haben wollen. Pilates gibt Kraft und verbessert die Haltung. Pilates kann Rückenschmerzen lindern und Verletzungen verhindern helfen. Pilates unterstützt das allgemeine Wohlbefinden und kann eine ideale Grundlage für jedes Cross-Training sein.

Am Gruppenkurs nehmen maximal 12 Personen teil.

**Leitung/
Instituteur:** LaBriecce Ochsner, *Pilates Master Teacher Trainer*

**Anmeldung/
Enregistrement:** **www.LB-Pilates.ch**
Tel. 032 558 66 12
info@LB-Pilates.ch



*Ich freuen mich auf das Pilates
Training! ~ LaBriecce*