

Kursplan

Montag	8:00 - 9:15	Yoga 1
	19:00 - 20:00	Pilates 1
	20:00 - 21:00	Pilates 2
Dienstag	19:00 - 20:00	Pilates 3
	20:00 - 21:15	Yoga 2
Mittwoch	18:30 - 19:30	Pilates 1
Donnerstag	20:00 - 21:00	Yoga 3
Freitag	8:30 - 9:30	Pilates 1/2

Jeden Tag Kursangebot morgens und abends:
einfach Kurs aussuchen und telefonisch anmelden

Pro Kursstunde nur 11,00 Euro (Einzelkarte pro Person)

Einstieg jederzeit, keine Mitgliedschaft, keine Bindungszeiten, keine Gebühren

Persönliche Kursbetreuung durch Eva Anker (Dipl. Fitness- & Wellnesstrainerin, Yogalehrerin AYA)

Specials auf Terminanfrage buchbar

Erweitertes Personal Training

„Modulare Körperarbeit“ mit Eva Anker & Maria Danner

Human Nature Balancing mit Maria Danner

Körperarbeit, Prozessbegleitung, Neuorientierung für Schwangere, Kinder und Erwachsene

Workshop Musikgarten mit Christiane Fankhauser

Spielerisch Musik und Rhythmus erleben, Gruppenstunden für Erwachsene mit Babys (bis 18 Monate), immer mittwochs von Oktober bis Dezember