BOZ
BOTTMINGER
ZENTRUM

Pilates

Dienstag, 9.00 - 10.00 Uhr

Pilates ist ein ganzheitliches und effektives Körpertraining. Unabhängig vom Alter und der körperlichen Leistungsfähigkeit werden Körperbewusstsein, Kraft, Beweglichkeit, Körperhaltung, Ausdauer, Koordination und Atmung verbessert.

Anmeldung und Infos: Lisa Burgunder Tel. 076 505 60 16
Versicherung ist Sache der Teilnehmer

Preis - 24.00.- CHF für Mitglieder (im 10er-Abo)
27.00.- CHF für Nichtmitglieder(im 10er-Abo)

BOZ Bottminger Zentrum Therwilerstrasse 14, info@bottmingerzentrum.ch
www.bottmingerzentrum.ch