

Dienstag 19.12.17

12:40 - Pilates

Durch die Pilatesprinzipien werden ihre Körperwahrnehmung geschult und Fehlhaltungsmuster beseitigt.

18:30 - Therapeutisches Yoga

In dieser Yogastunde wird funktionsgerecht und präventiv für den ganzen Körper geübt.

Ihre Anmeldung nehmen wir gerne an unserem Empfang entgegen!