

PHYSIO PILATES

Haben Sie gesundheitliche Beschwerden wie beispielsweise Rückenprobleme oder andere Erkrankungen?

Oder haben Sie einfach Freude und Interesse an Bewegung und bewusster Körperwahrnehmung?

Dann ist «Physio Pilates» das richtige Angebot für Sie!

Kurs 1: Montag, 16.00 – 16.55 Uhr
Kurs 2: Montag, 17.00 – 17.55 Uhr

Im katholischen Pfarreisaal
Hochentalstrasse 1, 9402 Mörschwil

Kursleitung: Alexandra Schweizer,
Physiotherapeutin FH und zertifizierte
Pilateslehrerin

Eine Probelektion ist nach Absprache
kostenlos möglich.

Alle weiteren Informationen:
www.pilates-schweizer.ch

Kontakt und Anmeldung:
alexandra.schweizer@sendepause.ch
077 426 11 52