

WEEKEND SPECIALS





Januar bis Juni 2024

Sonntag,	14. Januar	9.30–11.00 Uhr	BREATHWORK: MUT ZUR VERÄNDERUNG	Anne	40.–
Samstag,	27. Januar	9.00–11.00 Uhr	CHAKRA WORKSHOP	Marion	60.–
Sonntag,	28. Januar	9.00–11.30 Uhr	QI FLOW & YOGA DANCE	Pascale & Marianne	50.–
Samstag,	17. Februar	9.00–11.00 Uhr	CHAKRA WORKSHOP	Marion	60.–
Sonntag,	25. Februar	8.30–11.30 Uhr	YOGABRUNCH	Marianne & Daniela	67.–
Samstag,	16. März	9.00–11.00 Uhr	CHAKRA WORKSHOP	Marion	60.–
Sonntag,	17. März	9.00–11.30 Uhr	QI FLOW & YOGA DANCE	Pascale & Marianne	50.–
Sonntag,	24. März	9.30–11.00 Uhr	ATEMTECHNIKEN - ATME DICH ZU MEHR GELASSENHEIT	Anne	40.–
Samstag,	6. April	9.00–11.00 Uhr	CHAKRA WORKSHOP	Marion	60.–
Samstag,	27. April	9.00–11.00 Uhr	CHAKRA WORKSHOP	Marion	60.–
Sonntag,	5. Mai	9.00–11.00 Uhr	QI GONG FÜR DIE WIRBELSÄULE	Pascale	40.–
Samstag,	11. Mai	9.30–11.00 Uhr	BREATHWORK: LASS DEINE SORGEN LOS UND SEI DU!	Anne	40.–
Samstag,	25. Mai	9.00–11.00 Uhr	CHAKRA WORKSHOP	Marion	60.–
Samstag,	15. Juni	9.00–11.00 Uhr	CHAKRA WORKSHOP	Marion	60.–
Sonntag,	16. Juni	9.00–11.00 Uhr	SOMMER – ZEIT DER REIFE	Pascale	40.–
Sonntag,	23. Juni	8.30–11.30 Uhr	YOGABRUNCH	Daniela & Michael	67.–

Anmeldung: Per Mail an info@pilatesyogaolten.ch oder über unsere Website www.pilatesyogaolten.ch