

STUNDENPLAN



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08.50 – 09.50 Pilates Daniela		08.50 – 09.50 Pilates Caroline		08.50 – 09.50 Chi Yoga Marianne	
	10.00 – 11.00 Achtsamkeits- Training + (EnerQi+ Mind) Pascale	10.00 – 11.00 Soft Gym Marisa	10.00 – 11.00 Soft Gym für Männer Marisa	10.00 – 11.00 Soft Gym Marisa	
12.15 – 13.15 Pilates Daniela					
		17.45 – 18.45 Pilates Claudine		17.30 – 18.30 Bodyart Anne	
19.00 – 20.00 Pilates Jacqueline / Daniela	19.00 – 20.00 Yoga Jacqueline	19.00 – 20.00 Pilates Sarah	19.00 – 20.00 Yoga Marion		Samstags Specials findest du auf unserer Webseite pilatesyogaolten.ch
20.10 – 21.10 TRX Cristina	20.10 – 21.10 Meditation Marion	20.10 – 21.10 Pilates für Männer Sarah	20.10 – 21.10 Yoga & Relax Marion		

Stundenplan gültig ab 20. Februar 2024

ANGEBOT



Preise – WIR SIND FLEXIBEL

Bei uns entscheidest du selbst, wann und wie oft du an unseren Kursen teilnehmen willst. Egal, ob du Anfänger oder bereits fortgeschritten bist, ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Ab März nur noch Einzellektionen CHF 23.– pro Lektion buchbar, dies ist möglich kumuliert bis 30. Juni 2024.

PERSONAL TRAINING

Yoga oder Pilates

60 Minuten CHF 90.–

90 Minuten CHF 130.–

Ab 1. Juli 2024: YOGA & PILATESZENTRALE

Neuer Stundenplan & Kontakt: www.pilateszentrale.ch