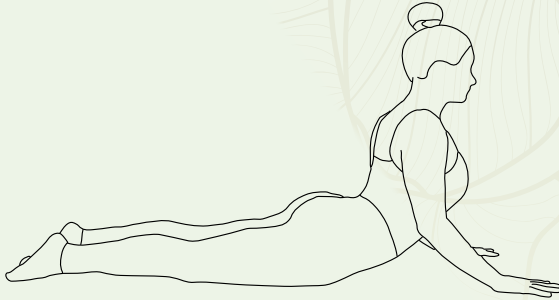


Pilates & Yoga

Nicola Zoller

Alexandra Schilken



Pilates mit Nicola
Freitag **7 bis 8 Uhr**

Daten Yoga:

13. | 27. Mai

10. | 17. | 24. Juni

1. | 8. | 15. Juli

5. | 26. August

Daten Pilates

20. Mai | 3. Juni | 29. Juli

12. | 19. August



Yoga mit Alexandra
Freitag **7 bis 8 Uhr**

Das Outdoor Training findet im **Schwimmbad Heiden** nur bei trockener Witterung statt. Kosten pro Person 15.– CHF

Anmeldung Yoga: Bitte bis am Vorabend 21 Uhr

Alexandra Schilken | +41 76 553 57 58 | info@niamaste.ch

Anmeldung Pilates: Bitte bis am Vorabend 21 Uhr

Nicola Zoller | +41 79 420 80 42 | nicola@seedesign.ch