

PILATES & SLINGS

FASZIEN-FOKUSSIERTES PILATES-TRAINING

Körperwahrnehmung

Leichtigkeit

Bewegungsfreiheit

Haltungsgelassenheit

Bewegungsfreude

Funktionelle Kraft

Körpergefühl

Lebendigkeit

Widerstandsfähigkeit

Anmeldung bei Claudia Müller
www.vitaswing-praxis.ch
info@vitaswing-praxis.ch
079 401 03 50

PILATES&SLINGS

FASZIEN-FOKUSSIERTES PILATES-TRAINING



**Am Donnerstag in Muri:
08:45 - 09:45 Uhr**


**Am Mittwoch in Sins:
18:00 - 19:00 Uhr
19:10 - 20:10 Uhr**

**Am Freitag in Sins:
10:00 - 11:00 Uhr**

Schnupperlektion **gratis**
Einstieg jederzeit möglich

25 CHF Einzellektion
22 CHF im 10er-Abo

Neuste Erkenntnisse aus der Faszien-
Forschung, gemischt mit Pilates, ergeben
ein wunderbares, vielseitiges und
ganzheitliches Training.

 Im VilFit, Bahnhofstrasse 4, 5643 Sins
Gsell AG, Pilatusstrasse 32, 5630 Muri

Anmeldung bei Claudia Müller
www.vitaswing-praxis.ch
info@vitaswing-praxis.ch
079 401 03 50