

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 Mittwoch:
18:00 - 19:00 Uhr
19:10 - 20:10 Uhr

Am Freitag:
10:00 - 11:00 Uhr

Schnupperlektion **gratis**
Einstieg jederzeit möglich

25 CHF Einzellektion
22 CHF im 10er-Abo

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

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



Im VilFit, Bahnhofstrasse 4, 5643 Sins