



Kursprogramm ab Oktober 2020

Montag

8.30-9.45	ChiYoga® & Slings ☼	Sandra
10.00-11.00	PilatesCare Mutter & Kind ☼	Wird vorerst verzichtet
18.00-19.00	Pilates	Barbara
19.15-20.30	TriloChi®	Sandra

Dienstag

8.30-9.30	Pilates ☼	Barbara
9.45-10.45	bewegte Rückbildung ♦ ☼	Wird vorerst verzichtet
9.45-10.45	BeBo® ♦ ☼	Ursula
19.00-20.00	Pilates Men ♦ ☼	Team

Mittwoch

8.00-9.00	Pilates	Barbara
16.15-17.15	Aerial Flying Yoga Kids ♦ ☼	Sandra
17.30-18.45	Aerial Flying Yoga ♦ ☼	Sandra
19.00-20.15	ChiYoga®	Sandra
20.15-21.15	bewegte Schwangerschaft ♦ ☼	Wird vorerst verzichtet

Donnerstag

8.30-9.30	Bodytoning ☼	Sandra
9.45-10.45	TriloChi® ☼	Sandra
19.00-20.00	FFF	Team
20.15-21.15	Bewegte Rückbildung ♦ ☼	Neue Kurse ab Januar 2021
20.15-21.15	BeBo® ♦ ☼	Ursula

Freitag

8.00-9.00	Pilates ♦ ☼	Barbara
-----------	-------------	---------

♦ Kurs Daten und Anmeldung unter www.bewegungsraum-saanen.ch

☼ Während den Schulferien findet kein Kurs statt.

Alle Lektionen finden ab 3 Personen statt. Kursänderungen vorbehalten.

Bitte beachte das Schutzkonzept. Teilnahme nur bei einer Anmeldung möglich.

Raum für ganzheitliche und zeitgenössische Bewegung

Bewegungsraum Saanen . Gstaadstrasse 72, 3792 Saanen . Telefon +41 79 671 52 85
info@bewegungsraum-saanen.ch . www.bewegungsraum-saanen.ch