



## Kursprogramm

Ab 19. April 2021

### Montag

8.30-9.45	ChiYoga® & Slings <sup>⊗</sup> Start 10. Mai 2021	Sandra
10.00-11.00	PilatesCare Mutter & Kind <sup>⊗</sup>	Ursula
18.00-19.00	Pilates	Barbara
19.15-20.30	TriloChi®	Sandra

### Dienstag

8.30-9.30	Pilates <sup>⊗</sup>	Barbara
9.45-10.45	bewegte Rückbildung <sup>◆⊗</sup>	Team
9.45-10.45	BeBo® <sup>◆⊗</sup>	Ursula
19.00-20.00	Pilates Men <sup>◆⊗</sup>	Team

### Mittwoch

8.00-9.00	Pilates	Barbara
16.15-17.15	Aerial Flying Yoga Kids <sup>◆⊗</sup>	Sandra
17.30-18.45	Aerial Flying Yoga <sup>◆⊗</sup> Start 12. Mai 2021	Sandra
19.00-20.15	ChiYoga®	Sandra
20.15-21.15	bewegte Schwangerschaft <sup>◆⊗</sup>	Team

### Donnerstag

8.30-9.30	Bodytoning <sup>⊗</sup> TriloChi® <sup>⊗</sup>	Sandra
9.45-10.45	Start 20. Mai 2021	Sandra
19.00-20.00	FFF	Team
20.15-21.15	Bewegte Rückbildung <sup>◆⊗</sup>	Team
20.15-21.15	BeBo® <sup>◆⊗</sup>	Ursula

### Freitag

8.00-9.00	Pilates <sup>◆⊗</sup>	Barbara
-----------	-----------------------	---------

◆ Kurs Daten und Anmeldung unter [www.bewegungsraum-saanen.ch](http://www.bewegungsraum-saanen.ch)

⊗ Während den Schulferien findet kein Kurs statt.

Alle Lektionen finden ab 3 Personen statt. Kursänderungen vorbehalten.

Bitte beachte das Schutzkonzept. Anmeldung obligatorisch und verbindlich.

**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](http://www.bewegungsraum-saanen.ch)