



Kursprogramm

Ab 19. April 2021

Montag

8.30-9.45	ChiYoga® & Slings [⊗] Start 10. Mai 2021	Sandra
10.00-11.00	PilatesCare Mutter & Kind [⊗]	Ursula
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 ^{◆ ⊗}	Team
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 ^{◆ ⊗} Start 12. Mai 2021	Sandra
19.00-20.15	ChiYoga®	Sandra
20.15-21.15	bewegte Schwangerschaft ^{◆ ⊗}	Team

Donnerstag

8.30-9.30	Bodytoning [⊗] TriloChi® [⊗]	Sandra
9.45-10.45	Start 20. Mai 2021	Sandra
19.00-20.00	FFF	Team
20.15-21.15	Bewegte Rückbildung ^{◆ ⊗}	Team
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. 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