



Raum für Bewegung & Entspannung

Dorfstrasse 31, Amden

(vis - à - vis Volg)

KOSTENLOSE * PROBELEKTION
KEINE VORKENNTNISSE
NÖTIG

MONTAG

19:00 - 20:00 **Antara®** - Beckenboden, Bauch & Rücken (mit Annina)

DIENSTAG

18:30 - 19:30 **Hatha Yoga** - sanfte Bewegung & Entspannung (mit Regula)

MITTWOCH

19:00 - 20:00 **Group Fitness** - Kraft & Ausdauer (mit Michelle)

FREITAG (alle 2 Wochen)

09:00 - 10:00 **Group Fitness** - Kraft & Ausdauer (mit Michelle)

** Probelektion einmalig für Neukund:innen, beim Kauf des 1. Abos PL kostenlos*



Änderungen sind jederzeit vorbehalten

Informationen & Anmeldung Probelektion

078 790 23 61 / www.BewegungEntspannungAmden.com

