



Raum für Bewegung & Entspannung

Dorfstrasse 31, Amden

(vis - à - vis Volg)

1. - 3.
Dezember

KOSTENLOSE
KEINE
VORKENNTNISSE
gilt jederzeit
NÖTIG
PROBELEKTION

MONTAG

18:15 - 19:15 **Antara®** - Beckenboden, Bauch & Rücken (mit Annina)

MITTWOCH

18:00 - 19:00 **Hatha & Yin Yoga** - Stretch & Relax (mit Susanne)

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

Änderungen sind jederzeit vorbehalten



Informationen & Anmeldung Probelektion
www.BewegungEntspannungAmden.com

