



Raum für Bewegung & Entspannung

Dorfstrasse 31, Amden

(vis - à - vis Volg)

KOSTENLOSE
KEINE VORKENNTNISSE
PROBELEKTION NÖTIG

MONTAG

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

DIENSTAG *findet ab 14. April statt*

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

MITTWOCH

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

DONNERSTAG *noch bis und mit 2. April*

18:00 - 19:00 **Hatha Yoga** - sanfte Bewegung & Entspannung (mit Regula)

FREITAG

08:50 - 09:50 **Group Fitness** - Kraft & Ausdauer (mit Michelle)



Änderungen sind jederzeit vorbehalten

Informationen & Anmeldung Probelektion
www.BewegungEntspannungAmden.com

