

PILATES DAY

25. MÄRZ 2017

PILATES BERN

TAGESTICKET
160,- FR.
HALBER TAG
85,- FR.

Das Team von **PILATES Bodymotion Schweiz**,
Raaflaub Pilates, Pilates Bern & Pilates Zürich
präsentiert in speziellen Workshops & Classes
Pilates in seiner ganzen Vielfalt.
Für Trainer und Trainierende!

Early Bird bis
31. Januar 2017:
75,- Fr. und 140,- Fr.

Anmeldung, telefonische Beratung
und genaue Kursbeschreibung
+41 79 864 88 04 und auf
www.pilates-bodymotion.ch

Veranstaltungsort:
Hotelgasse 4
3011 Bern

Bodymotion PILATES DAY | Pilates Bern am 25. März 2017

ab 10.00 Uhr	Check In			
	Hotelgasse 1. Stock	Hotelgasse 2. Stock	Kramgasse	Kramgasse Chairraum
10.30 - 11.45 Uhr	Britta Brechtefeld Allegro creative moves	Bea Eggimann Pilatesflow & Music	Andy Raaflaub Arc the triomphe	Timur Misirlioglu Chair creative moves
12.00 - 13.15 Uhr	Bea Eggimann Allegro Tradition	Britta Brechtefeld Movst du noch oder oovst du schon?	Timur Misirlioglu Pilates meets SLASHPIPE	Andy Raaflaub Chair Flow Workout
13.15 - 14.15 Uhr	Mittagspause – Beratung und Information zu allen Pilates Themen, Pilates Shop			
14.15 - 15.30 Uhr	Team Pilates Bern Allegro Flow	Andy Raaflaub Refomer on the Mat	Bea Eggimann Faszinierenden Faszien	Timur Misirlioglu Chair creative moves
15.45 - 17.00 Uhr	Andy Raaflaub Allegro Workout	Britta Brechtefeld Pilates Meditation	Timur Misirlioglu Slashing Pilates Flow	Bea Eggimann Chair Tradition

Anmeldung, telefonische Beratung und genaue Kursbeschreibung unter: +41 79 864 88 04 und auf www.pilates-bodymotion.ch

pilates°bern
www.pilates-bern.ch

pilates°zürich
www.pilates-zuerich.ch

