

**Freitag**  
**8:30 bis 9:30 Uhr**

ab 10. Nov. 2023

# BEWEGT INS WOCHENENDE!

## MIT YOGA, PILATES & CO



### WAS ERWARTET DICH?

- Mobilisierung
- sanft kraftvolle Übungen
- Dehnungs- & Atemübungen

### KOSTEN

Schnupperstunde: 10,- Euro

4er Block: 60,- Euro

(gültig auch für meine anderen Angebote)

### GOOD TO KNOW

- Kleingruppe
- All bodies welcome!
- Auch für Anfänger:innen geeignet
  - Matten sind vorhanden
- Stunde findet ab 3 Personen statt

**Ort:** Bach Apotheke

16., Steinbruchstraße 6

**Anmeldung:** Mag. Christine Berzsenyi

[praxis@beruehrungspunkte.at](mailto:praxis@beruehrungspunkte.at)

[www.beruehrungspunkte.co.at](http://www.beruehrungspunkte.co.at)