



Pilates und Yoga

Mein Name ist Cosima Königshofer. Ich bin Sportwissenschaftlerin und unterrichte Pilates und Yoga.

Was die Teilnehmer erwartet:

Pilates ist eine optimale Mischung aus mobilisierenden und kräftigenden Übungen – getragen von der Kraft der Atmung.

Pilates& Yoga ist eine optimale Mischung aus kräftigenden Pilates- und entspannenden Yogaübungen.

Pilates

Wann?

Montag: 17:45- 18:45

7 Einheiten:

06.11.-18.12.2023

Wo?

Bach Apotheke

1160, Steinbruchstraße 6

U3 Kandlerstraße

Wieviel?

7 Termine: € 105,-

(je 15,- für 60 Minuten)

Yoga

Wann?

Montag: 19:00-20:00

7 Einheiten:

06.11.-18.12.2023

Wo?

Bach Apotheke

1160, Steinbruchstraße 6

U3 Kandlerstraße

Wieviel?

7 Termine: € 105,-

(je 15,- für 60 Minuten)

Der Kurs wird ab 5 Teilnehmern stattfinden.



Informationen und Anmeldungen:
Bach Apotheke, 01/9820900
office@bachapotheke.at

