



# Pilates-Einführungs- Workshop

- ✚ Du lernst die Grundprinzipien des Trainings
- ✚ Du erfährst was hinter Pilates-Training steckt
- ✚ Du übst intensiv die „Pilates-Atmung“
- ✚ Du lernst die Grundübungen auf der Matte und den Geräten

Für alle geeignet – vom jungen Mädchen bis zum Opa!

**WANN ?**

**Mittwoch, 31.5.2017, 18:30 – 20:00 Uhr**

**Samstag, 10.6.2017, 9:00 – 10:30 Uhr**

**KOSTEN ?**

**19,-- / Person**

Gesundheitsstudio Bärbl Lechner, Msc  
Schulgasse 4 / Kesslergasse 8  
2700 Wiener Neustadt  
0664/4821938

Bitte um Voranmeldung,  
begrenzte Teilnehmerzahl!



**Bärbl Lechner**

KÖRPER IN BALANCE