

Yogilates

in der Schwangerschaft & Rückbildung

Yogilates in der Schwangerschaft

Teilnahme ab 16. Schwangerschaftswoche

Freitags: 18:30 bis 20:00 Uhr

Kosten: 5er Abo à CHF 180

Yogilates in der Rückbildung

Babies sind herzlich willkommen

Freitags: 10:30 bis 11:30 Uhr

Kosten: 5er Abo à CHF 150

Achtsam den Körper stärken

Im Familienzentrum Männedorf

Anmeldung bei Sarah: 079 684 51 97

Kurse finden ab 3 Teilnehmerinnen statt