



Pilates für alle Bewegungsbegeisterten

Mir liegt es sehr am Herzen, dich darin zu unterstützen, wieder in deine Eigenverantwortung zu kommen und durch Bewegung deine Körperwahrnehmung zu schulen.

Durch Pilates lernst du dich ganz auf dich und deinen Körper zu fokussieren.

Mein Motto:

**Bewegung darf leicht sein und Freude machen.
Ich freue mich mit dir montags von 19:15 - 20:00 Uhr
trainieren zu dürfen. Einstieg jederzeit möglich.**

Wo: Yuko Zentrum Menschsein in Otterfing
Münchnerstr. 1 / 1. Stock

Ich freu mich auf euch
Franziska

Anmeldung per Whats App oder Email
0157 - 33 23 07 05 oder franziska_loeffler@t-online.de