

Yoga, Aquajogging und Pilates

im Schwimmbad Hörnli

3. Juni - 31. August

Bleiben Sie fit - bleiben Sie aktiv.
Geniessen Sie die Morgenstunden im
Schwimmbad Hörnli mit Yoga, Aquajogging und
Pilates. Gemeinsam macht das Training doppelt
so viel Spass! Für jedermann von 0 - 99 !

Jeden Montag 08.30 - 09.30 Uhr Yoga
Jeden Dienstag 08.30 - 09.10 Uhr Aquajogging
Jeden Mittwoch 08.30 - 09.30 Uhr Pilates
Jeden Donnerstag 08.30 - 09.30 Uhr Yoga
Jeden Samstag 08.30 - 09.30 Uhr Yoga

Kursleitung: Kinga Toth, Elvira Herzog, Ursula Cvrlje,
Claudia Röger, Kristin Welz, Shirin Weber

Kosten:
Aquajogging: CHF 5.00
Yoga und Pilates: CHF 10.00

Es ist keine Anmeldung nötig.

Bringen Sie Ihre eigene Trainingsmatte mit.
Bei schlechter Witterung findet der Anlass
nicht statt.

physioraum
praxis für physiotherapie



Rheumaliga Thurgau
Bewusst bewegt

yogagrenzenlos

