



© Praxis Salzmänn. Alle Rechte vorbehalten.

## Stark – seit dem ich Pilates mache. Buchen auch Sie einen Kurs!

**was**

### **Basic (B) – Gruppen**

Pilates ist neu für Sie. Lernen Sie die Grundprinzipien kennen!

### **Advanced (A) – Gruppen**

Sie kennen die Grundprinzipien von Pilates und möchten sofort loslegen. Das „powerhouse“ ist ausgebildet.

### **Privat – Lektionen**

Sie werden einzeln betreut und vereinbaren Ihre Termine selbst.

**wann**

### **Mittwochs**

Basic	09.00 – 09.55	10.10 – 11.00	18.00 – 18.55 (in Englisch)
Advanced	19.05 – 20.00		
Mixed (A + B)	11.35 – 12.30		

**wer**

Rachel Luquet-Wachter, dipl. Physiotherapeutin und Pilates-Trainerin  
Toosie Bawden, dipl. Physiotherapeutin und Pilates-Trainerin

**wo**

### **Beim Bahnhof Wipkingen, Nordstrasse 201 in 8037 Zürich**

Bitte benutzen Sie den Hintereingang, rechts neben dem Café Letten.

**wieviele**

10er Abo, 333.– CHF für 10 Lektionen (3 Monate gültig).  
Bei Krankheit und oder Ferien kann an anderen Kursen teilgenommen werden. Bei Verlängerung des Abonnements schenken wir Ihnen eine Lektion dazu = 11 Lektionen.

Privatstunde: 30 Minuten 68.50 CHF

Privatstunde: 60 Minuten 137.00 CHF

Lektion zu zweit : 60 Minuten 205.50 CHF

**buchen**

### **Anmeldung und Informationen:**

### **Praxis Salzmänn**

Tel 044 350 63 00 oder [www.physio-salzmänn.ch](http://www.physio-salzmänn.ch)