

YOGA & PILATES

mit NATASCHA



STUNDENPLAN 2. Trimester 2025

Kurszeitraum 22. April bis 27. Juni

MO	DI	MI	DO	FR
				08:00 YOGA
17:15 YOGA	yoga@work	yoga@work	17:15 PILATES	09:10 PILATES
18:25 YOGA	18:15 PILATES	18:15 PILATES	18:25 YOGA	
	19:25 YIN YOGA	yoga@work		yoga@work

Stand März 2025

- **YOGA** Vinyasa-Yoga im feelgood Flow • von easy bis dynamisch
- **YIN YOGA** Faszien-Yoga • stretchen & dehnen • Ruhe, passiver Stil
- **PILATES** matwork • not easy mit fun fact • Fokus: Core + Rücken

Kursbeitrag € 140.- pro Kurs 10 Wochen

Kursbeitrag ist für 10 Termine à 60 Minuten kalkuliert, bei Versäumnis: 1-2x switchen lässt sich einrichten.

drop-in € 20.- pro Einheit

spontane Teilnahme, wenn freie Plätze verfügbar, buchbar über eversports

<https://www.eversports.at/s/yogaraumpilates>



@YOGA_PILATES_BAD_HALL

yoga
.raum

Natascha ELMER
YogaRaum+ Bad Hall

📍 Eduard Bach Straße 4, A-4540 Bad Hall

☎ +43 (0)650 222 00 66

n.elmer@gmx.at

www.yogabadhall.at