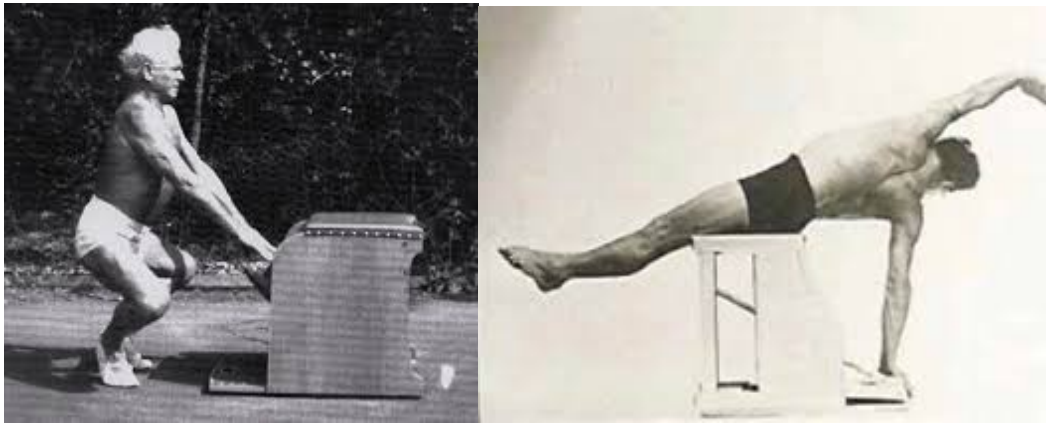


# BODY CONTROL



## ***Wunda Chair Pilates***

*Der Pilates Chair bietet eine enorme Übungspalette mit vielen Varianten und Bewegungen aus dem Stand sowie aus allen anderen Grundpositionen. Die Federn bieten Widerstand und Unterstützung, lassen neue Herausforderungen entstehen und geben das Gefühl von Leichtigkeit und klarer Bewegungsführung. Der Pilates Chair ist für jeden Fitnessstand und für jede Altersgruppe mit Pilates Kenntnissen.*

### **Maximal 4 Teilnehmer**

*Daten, Möglichkeiten und Kosten mit 4 Teilnehmern nach Vereinbarung*

*Ort*

*Studio Body Control*

*Studio für Pilates, Yoga & Personal Training*

*Jungfraustr. 8, 3613 Steffisburg*

*Information und Anmeldung*

*Molly Ruchti-Yañez*

*079 480 69 03 oder per e-mail*

*info@mybodycontrol.ch [www.mybodycontrol.ch](http://www.mybodycontrol.ch)*



Schweizerischer Pilates Verband