

BALD WIEDER VOR ORT BEI UNS:

# YOGA & PILATES FÜR MAMA

Hier kombinieren wir das Gute aus beiden Trainingsformen: Das sehr gezielte Beckenbodentraining der Pilatesmethode und die bewusste Dehnung und Entspannung der Yogalehre.

**Leitung:** Team Schnuller-Loft

**Termin:** Ab dem 27. September  
Jeden Montag von 9:45 - 10:45 Uhr  
Bitte vorher anmelden!



**Infos & Anmeldung:** [info@schnuller-loft.de](mailto:info@schnuller-loft.de)