

Yoga, Aquajogging und Pilates

im Freibad Hörnli

3. Juni - 31. August

Bleiben Sie fit - bleiben Sie aktiv.
Geniessen Sie die Morgenstunden im
Freibad Hörnli mit Yoga, Aquajogging und
Pilates. Gemeinsam macht das Training doppelt
so viel Spass!

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, 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

Für weitere Infos:
info.tg@rheumaliga.ch oder
071 688 53 67

yogagrenzenlos