



SUP & PILATES  
@TCS Resort Bern-Eymatt  
Aare/Wohlensee  
Juli/August 2021



Pilates Bern, Aare-SUP & Eymatt 62 proudly present

# SUP & PILATES

Pilates mal anders: Durch die tolle Kombination von Stand-Up-Paddling, kurz SUP, und Pilates intensivierst du dein Training, da du deinen Körper auf deiner «schwimmenden Matte» umso mehr ausbalancieren musst. Gleichzeitig ermöglichst du deinem Geist, durch das Gleiten auf dem Wasser zur Ruhe zu kommen. Konzentration, Stabilität und eine grosse Portion Experimentierfreude sind also gefragt. Wie es dir ergangen ist, lässt sich nach dem SUP & Pilates am besten in der «Gartäbeiz Eymatt 62» erörtern. Worauf wartest du noch?

Daten	Sonntag 04.07.2021 von 10.00 bis 12.00 Uhr Donnerstag 15.07.2021 von 18.00 bis 20.00 Uhr Samstag 24.07.2021 von 10.00 bis 12.00 Uhr Donnerstag 12.08.2021 von 17.30 bis 19.30 Uhr Montag 23.08.2021 von 17.30 bis 19.30 Uhr
Ort	TCS Resort Bern-Eymatt, Hinterkappelen
Preis	CHF 65.00 inkl. Material
Durchführung	Nur bei trockenem Wetter
Info & Anmeldung	info@pilates-bern.ch, via Eversports oder www.pilates-bern.ch > Stundenpläne & Preise (Anmeldung erforderlich)

