



PILATES WOCHENENDE  
RINDERBERG SWISS ALPINE LODGE, ZWEISIMMEN  
24. - 26. MAI 2019

# PILATES WOCHENENDE

## RINDERBERG SWISS ALPINE LODGE, ZWEISIMMEN

### 24. - 26. MAI 2019

Trainieren und entspannen mit Pilates in alpiner Atmosphäre. Dies und vieles mehr erwartet dich am Wochenende vom 24. - 26. Mai 2019 in der Swiss Alpine Lodge oberhalb von Zweisimmen, die exklusiv für uns ihre Hoteltüren öffnet.

#### Programm:

Pilates Bern bietet dir je nach Tages-Arrangement vier oder fünf Pilateseinheiten. Nach dem Aufstehen hast du zusätzlich die Möglichkeit, an einer Good Morning Pilatesstunde teilzunehmen. Zwischen den Stunden bleibt genügend Zeit, zu entspannen, die Gegend zu erkunden oder dich mit anderen Teilnehmenden auszutauschen. Pilatesvorkenntnisse sind keine Voraussetzung. Die Kurse sind so aufgebaut, dass sie für alle Stufen geeignet sind. Je nach Schwerpunkt finden die Stunden mit oder ohne Kleingeräte statt.

#### Kursleitung:

Simone Hug Niederberger & Stephanie Plaschy von Pilates Bern

#### 2-Tages-Arrangement:

1 Übernachtung: Samstag-Sonntag  
Beginn Pilates Samstag um 10.30 Uhr

#### Inklusive:

1 x Frühstück  
2 x Mittagessen  
1 x Apéro & Abendessen  
4 x Pilates à 1h bis 1h30min  
SPA-Benutzung (ohne Massage)  
Tee, Nüsse und Früchte

#### Exklusive:

Softdrinks und Wein  
An- und Abreise\*  
Kurtaxe à CHF 3.50 pro Tag

**Total CHF 440.00** im Doppelzimmer  
**CHF 480.00** im Doppelzimmer zur Einzelbenutzung

#### Rinderberg Swiss Alpine Lodge

\*An- und Abreise: In Zusammenarbeit mit der Rinderberg Swiss Alpine Lodge kann ein Transport vom/zum Bahnhof Zweisimmen organisiert werden (gegen Gebühr). Bei der Lodge sind kostenlose Parkplätze vorhanden. Die Bergbahn ist während dieser Zeit ausser Betrieb.

Anfragen und Infos: [info@pilates-bern.ch](mailto:info@pilates-bern.ch) oder +41 79 864 88 04

Weitere Angebote findest du auf unserer Website. Gerne beraten wir dich telefonisch oder per E-Mail.

Pilates Bern, Hotelgasse 4, 3011 Bern | Sickingerstrasse 5, 3014 Bern  
Tel.: +41 79 864 88 04, [info@pilates-bern.ch](mailto:info@pilates-bern.ch), [www.pilates-bern.ch](http://www.pilates-bern.ch)

Pilates Zürich, Friedaustasse 17, 8003 Zürich  
Tel.: +41 79 963 20 68, [info@pilates-zuerich.ch](mailto:info@pilates-zuerich.ch), [www.pilates-zuerich.ch](http://www.pilates-zuerich.ch)

*pilates°bern*

*pilates°zürich*