



PILATES, OSTEOPATHIE, SURF & FASZIEN
WOCHE IN SIZILIEN
25. MAI - 1. JUNI 2019

PILATES, OSTEOPATHIE, SURF & FASZIEN WOCHE IN SIZILIEN 25. MAI - 1. JUNI 2019

Faszienintegration und Osteopilates im Surf Resort Floripa Ispica.

Die einzigartige Verbindung von Pilates und Osteopathie über die Faszien steht im Mittelpunkt dieser Woche. Wir bieten dir eine gelungene Mischung aus Bewegung und Entspannung für mehr Kraft und Flexibilität und gehen auf deine individuellen Ziele ein. Geniesse eine Woche Inselleben, kulinarisch verwöhnt und schaffe Balance für deinen Körper und Geist.

Programm:

Samstags erfolgt deine individuelle An- und Abreise. Der Transfer vom/zum Flughafen können wir gern gegen Gebühr mit dem Hotel für dich organisieren. Montag - Freitag bieten wir dir morgens und abends Pilates, Faszientraining und Osteopathie in der Gruppe. Dazwischen hast du genügend Zeit zum Kitesurfen, Surfen, Stand Up Paddeln und die Seele baumeln lassen. Ebenfalls hast du die Möglichkeit weitere persönliche Behandlungen oder Trainings wie Massage, Osteopilates, Osteopathie, Bioresonanz, Fascial Stretch Therapy zu buchen.

Kursleitung:

Bea Eggimann: Dipl. Pilates Trainerin, Fascial Stretch Therapist
Jonas Wallner: Cranio Sacrale Osteopathie, Medizinischer Masseur (FA-SRK)
Samuel Büchel: Dipl. Berufsmasseur, Naturheilpraktiker

Preis:

Ab 1'350.00 CHF (je nach Zimmer, inkl. Vollpension und Gruppenkurse). Preis für weitere Zimmerkategorien, Einzel, Dreier, Vierer, Fünfer auf Anfrage.

Wir freuen uns auf eine sonnige Aktiv- & Verwöhnwoche am Meer und auf viel Spass mit dir!

Weitere Informationen und Anmeldung: 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, www.pilates-bern.ch
Pilates Zürich, Friedaustasse 17, 8003 Zürich
Tel.: +41 79 963 20 68, info@pilates-zuerich.ch, www.pilates-zuerich.ch

pilates°bern

pilates°zürich