



# PHYSIO LIFE

## ERLEBE BEWEGUNG

Physiotherapie	Prävention	Rehabilitation
<b>Natalia Elssig</b> Zeitgenössische Pilates art of motion Dipl. Balletttänzerin Akademie Moskau Zert. Tanzpädagogin	<b>Zeughausstrasse 18</b> 3902 Glis 027 530 10 53 078 817 17 57	<b>Qualicert anerkannt</b> Bereich Fitness Gruppenkurse M-Fit anerkannt

### Zeitgenössisches Pilates

**Zeitgenössisches Pilates** ist eine durchdachte, sich stets weiterentwickelnde Trainingsmethode, die sich im Bewegungs- und Therapiebereich seit mehr als 60 Jahren bewährt hat. Das Training passt sich dem Menschen und seinen Bedürfnissen an. Aus diesem Grund schliesst sie niemanden aus; ein Spitzensportler wird genauso profitieren, wie jemand der Pilates zur Rehabilitation oder aus Bewegungsfreude macht. Für Menschen mit Rückenbeschwerden und allgemein muskulären Dysbalancen, sowie ein ideales Training für den Körper allgemein und den Geist.

Trainingsblock:	Mittwoch, 8. Januar 2020 bis Mittwoch, 13. Mai 2020 17 Lektionen à 60
Sportferien:	Kein Training Mittwoch, 26. Februar 2020 und Mittwoch, 4. März 2020
Zeit:	19.45 Uhr – 20.45 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Praxis Physio Life</b>
Kursbeitrag:	Fr. 340.-

**Absenzen** können in einer anderen Lektion bei Physio Life innerhalb des Blocks **nachgeholt** werden. Falls du mehr als ein Kurs bei uns besuchst oder ein weiteres Familienmitglied bei uns teilnimmt, erhältst du /ihr 20 % auf die Trainingsblock Pauschale.

Ich bitte dich den Betrag des Kurses **vor Beginn** des Kursblocks auf dieses Konto zu überweisen oder den Betrag in der **ersten Lektion** bar mit zu bringen.

**Raiffeisenbank Belalp-Simplon, 3904 Naters**

**Venia Charania, Zeughausstr.18, 3902 Brig-Glis - Konto : 19-1527-5, CH35 8053 2000 0040 6050 2**

Der Kurs ist von den Krankenkassen anerkannt. (Physiotherapie Verordnung von der Grundversicherung und von allen Zusatz-Alternativversicherungen Fr 200.- / Jahr)

Es freut mich, mit dir das Training zu beginnen!

Natalia und Venia